



## Kretischer Zucchini Salat mit Schafskäse und Oliven

### Zutaten

- 100 g Zucchini
- 30 g Schafskäse
- 4 schwarze Oliven, entsteint
- 50 g rote Zwiebeln
- 510 ml Wasser
- 3 TL Aceto Balsamico
- 1 TL Maggi Würzmischung 4 , für knackige Salate
- 3 TL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 1 Slightly leveled tablespoon Vollkorntoastbrot
- etwas Pfeffer

### Zubereitung

1. Zucchini putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Schafskäse fein zerbröseln. Oliven halbieren. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden.
2. In einem Topf Wasser mit ausreichend Salz zum Kochen bringen. Die Zucchini-Scheiben darin ca. 3 Min. blanchieren. Abgießen und kalt abschrecken. Auf einem Teller anrichten. Die Zwiebelringe, Schafskäse und Oliven darauf verteilen.
3. Für die Salatsauce: Aceto Balsamico, Wasser, Maggi Würzmischung 4 und THOMY Reines Sonnenblumenöl verrühren. Mit Pfeffer würzen und abschmecken. Den Zucchini Salat mit der Salatsauce beträufeln.
4. Vollkorntoastbrot toasten und dazu servieren.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	20 g
Energie	350 kcal
Fett	25 g
Protein	11 g

🕒 20 Minuten

⊕ 1 Portion