



Wurstsalat mit zweierlei Gurken

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Salatgurken	1 St.
Gewürzgurken	6 St.
Lyoner Aufschnitt	600 g
Öl	3 EL
Essig	2 TL
Senf	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Schnittlauch, frisch	10 g
Bauernmildes Brot	4 Scheiben

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel

1. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Gurke waschen, schälen, längs halbieren und entkernen. Gewürzgurken abtropfen und mit frischer Gurke klein würfeln. Lyoner in dünne Streifen schneiden.
2. In einer Schüssel 1–2 EL Gurkenwasser, Öl, Essig und Senf verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln, Gurken und Lyoner zum Dressing geben, gut vermengen und kurz durchziehen lassen.
3. Schnittlauch waschen, trocken schütteln, in feine Ringe schneiden und zum Salat geben. Wurstsalat auf Tellern verteilen und mit frischem Bauernbrot servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	734 kcal
Kohlenhydrate	49 g
Eiweiß	24 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	50 g