



2B

Rucola mit Ziegenkäse, frischer Feige und Pekannüssen



Zubereitungszeit
5 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Den Rucola auf einem Teller anrichten und Gurke, Feigenspalten und Pekannüsse darüber verteilen. Dann den Ziegenkäse über den Salat zerbröckeln und mit Balsamicoessig besprenkeln.

Zutaten

- ☐ 90-100 g frischer Ziegenkäse
- ☐ 50 g Rucola
- ☐ ¼ Gurke in Stücken
- ☐ 1 frische Feige in Spalten
- ☐ 5 Pekannüsse, geröstet
- ☐ 1 EL Balsamicoessig

Nährwerte pro Person

Energie	401 kcal
Kohlenhydrate	14 g
Fett	29 g
Eiweiß	17 g