



Blumenkohlsalat mit schwarzen Oliven

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " } });
```

Einfallsreiche Küche für jeden Tag, passt zu Vielem

Zutaten

- Für den Salat:
- 1 frischer, mittelgroßer Blumenkohl in Röschen geschnitten
- 2 junge Frühlingszwiebeln schräg in dünnen Scheiben geschnitten
- 20 kernlose, schwarze Oliven in groben Scheiben
- 2 hart gekochte Eier, gewürfelt
- 1/2 Bund glatte Petersilie, gehackt
- 1 Handvoll Rucola, verlesen, gewaschen, gezupft
- Für die Vinaigrette:
- 1 Knoblauchzehe, gewürfelt, fein mit Salz gerieben
- 3 El Gemüsebrühe
- 3 El weißer Balsamico
- 1 Tl Senf
- 4 El Olivenöl
- Salz, Cayenne Pfeffer nach eigenem Geschmack

Zubereitungsart

Schritt1

Die Blumenkohlröschen für 2 min. in kochendes Salzwasser geben, blanchieren und mit der Schaumkelle in Eiswasser geben, abkühlen.

Schritt2

In einer Salatschüssel mit dem Lauch, Petersilie, den Oliven und Eierwürfeln mischen, etwas nach salzen und pfeffern.

Schritt3

Die Dressing Zutaten zu einer herzhaften Vinaigrette verrühren und über den Blumenkohl geben.

Schritt4

Ca. 30 min. durchziehen lassen, kurz vor dem Servieren den Rucola unterheben, anrichten, servieren.

Rezeptart: Salatrezepte **Tags:** blumenkohl, frühlingzwiebeln, oliven, rucola, salat

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/blumenkohlsalat-mit-schwarzen-oliven/>