

# Brotwürfelsalat

(10 Kinderportionen)

| Menge | Zutat                         |
|-------|-------------------------------|
| 4 EL  | Raps- oder Leinöl             |
| 2 EL  | Balsamicoessig                |
| 2 EL  | Wasser                        |
| 1 EL  | Senf, mild                    |
| 1 EL  | Honig oder Gelee              |
|       | Kräutersalz                   |
| 250 g | Cocktailtomaten, geviertelt   |
| 250 g | Gurke, gewürfelt              |
| 70 g  | Feldsalat oder Rucola         |
| 80 g  | Kichererbsen (Abtropfgewicht) |
| 150 g | Vollkornbrot                  |

## So wird's gemacht:

- Öl mit Balsamico, Wasser, Senf, Honig und Kräutersalz zu einem Dressing rühren.
- Tomaten, Gurken, Feldsalat und Kichererbsen vermengen.
- Brotstücken kross toasten und in Kindermund-gerechte Würfel schneiden. Alternative: Bereits gewürfelt in einer Pfanne rösten.
- Gemüse mit Brotwürfeln und Dressing mischen und servieren.

## Tipp zur Zubereitung:

Als Topping bietet sich 50 g gehobelter Parmesan an.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

Vernetzungsstelle Kitaverpflegung Niedersachsen

Langer Hof 6  
38100 Braunschweig

www.kitavernetzungsstelle-niedersachsen.de  
E-Mail: kitavernetzung@vzniedersachsen.de  
Tel.: 0531 618310-31

verbraucherzentrale

Niedersachsen