

MEDITERRANER SALAT MIT VEGANEN FILET STRIPES VOM GRILL

ZUTATEN

2 Packungen Garden Gourmet Filetstreifen
500 g grüner Spargel
250 g Cherry Tomaten
1 Beutel Rucola
Ein paar schwarze Oliven
1 EL Kapern
150 g Feta-Käse (optional)
Ein wenig Olivenöl
Etwas Balsamico-Essig
Ein bisschen Basilikum
Etwas Salz und Pfeffer



Was für eine ideale Mahlzeit, um einen schönen Sommertag zu beginnen! Ein leckerer Spargelsalat mit mediterranen Aromen, der vegan oder vegetarisch zubereitet und mit Freunden oder der Familie genossen werden kann!

ZUBEREITUNG

1. Spargel und Tomaten schneiden

Ca. 2 cm vom unteren Teil der Spargeln abschneiden und die Tomaten halbieren.

2. Filet Stripes und Spargel grillieren

Die Garden Gourmet Filet Stripes in einer Grillschale auf dem Grill anbraten. Die Spargeln direkt auf dem Grill grillieren.

3. Teller anrichten

Den Rucola auf einem Teller verteilen und die grillierten Spargeln, Tomaten, Oliven und Kapern darauf verteilen. Mit Olivenöl und Balsamico beträufeln und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Die Garden Gourmet Filet Stripes auf den Salat legen, mit Basilikum garnieren und den Feta zerbröckeln.

FINDE WEITERE REZEPTE AUF [GARDENGOURMET.CH/DE](https://gardengourmet.ch/de)