



Meeresfrüchtesalat

600 – 800 g gemischte Meeresfrüchte und frischer Fisch |
4 Tomaten | 2 Peperoni, grün | 2 Bund Rucola | 20 Oliven, schwarz |
3 EL Zitronensaft | Kräutermeersalz | Pfeffer, schwarz |
6–8 EL Olivenöl, extra nativ | 2 Knoblauchzehen

- 1 Die Meeresfrüchte und den Fisch im Dampf 4 Minuten garen oder mit wenig Olivenöl kurz braten.
- 2 Die Tomaten in Schnitze schneiden. Den Stielansatz und die Kerne bei den Peperoni entfernen; in 1 cm grosse Quadrate schneiden.
- 3 Den Rucola von den Stielen zupfen und in Streifchen schneiden. Einige Streifchen für die Dekoration beiseite legen. 5 Oliven für die Dekoration beiseite legen; den Rest in Streifchen schneiden.
- 4 Für die Marinade den Zitronensaft, Kräutermeersalz, Pfeffer und das Olivenöl sowie die gepressten Knoblauchzehen zusammen verrühren.
- 5 Alles zusammen vermengen und 15 Minuten ziehen lassen. Mit dem restlichen Rucola und den Oliven garnieren.

Mit gerösteten Brotscheiben oder Toast servieren.