

Caesar Salad

Knackig. Gehaltvoll. Frisch. Caesar Salad ist ein italo-amerikanisches Gericht, das aus Römersalat, Parmesan, [Croûtons](#) und dem eigens für den Salat entwickelten [Caesar Dressing](#) besteht. Der Salat ist dabei besonders für seinen Crunch und die intensiven Parmesan-Aromen bekannt. Er wird daher meist als eigenständiges Gericht und nicht als Beilage serviert. Damit die Croûtons knusprig bleiben, sollten die Zutaten dabei erst kurz vor dem Servieren miteinander vermengt werden.



Caesar Salad | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Portionen oder 4 Vorspeisensalate): 500 Gramm Romana-Salat | 75 Gramm vom Vortag | 5 Esslöffel Knoblauchöl (alternativ Olivenöl) | 2 Teelöffel Salz | 100 Gramm (vegetarischen) Parmesan | 100 Milliliter Öl | 2 Eigelb | 0,5 Teelöffel Pfeffer | Saft einer halben Zitrone | 3 Esslöffel Worcestersauce | 1 Knoblauchzehe



Caesar Salad | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (10 Minuten): 1. Knoblauch schälen und fein hacken. 2. Olivenöl mit dem Eigelb, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und der Worcestersauce vermengen und den Knoblauch hinzugeben und zum [Caesar Dressing](#) aufmischen. 3. Strunk vom Salat entfernen und den Salat in mundgerechte Stücke schneiden. 4. Salat waschen und trocken schleudern. 5. Parmesan hobeln. 6. Brot in Würfel schneiden und in einer Pfanne in Knoblauchöl ausbacken, sodass [Croûtons](#) entstehen. 7. Salat mit dem Dressing vermengen und mit Parmesan und Croûtons anrichten.

Jetzt noch mehr [amerikanische Rezepte](#) und [raffinierte Salat-Rezepte](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 1.072 Kalorien | 93,1 Gramm Fett | 33,3 Gramm Kohlenhydrate | 25,6 Gramm Eiweiß