Artikel vom 12.08.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 00:35 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/cremig-fruchtiger-tomatensalat

Cremig-fruchtiger Tomatensalat



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für 4 Portionen):

250 g Quark

100 ml Sahne

2 Nektarinen

2 große Tomaten

1 Schalotte

1 Bio-Zitrone

1 Prise Salz

1 Prise Zucker

3 EL Olivenöl

schwarzer Pfeffer nach Geschmack

50 g geröstete Pistazien

einige Blätter Rucola und/oder Basilikum

Zubereitung:

Den Zitronenabrieb mit dem Olivenöl, Salz und Zucker mischen. Quark und Sahne mit dem Saft der Zitrone verrühren. Die Nektarinen und Tomaten waschen, putzen und das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden und mit dem Zitronenöl vermischen. Die Schalotte schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Rucola und/oder Basilikumblätter putzen, waschen, trockentupfen und gegebenenfalls etwas kleiner zupfen. Die Pistazien grob hacken. Nun die Quarkmasse auf der Salatplatte verteilen, Nektarinen und Tomaten darauf geben, Rucola/Basilikum und Schalottenringe darüber verteilen, die Pistazien darauf streuen und nach Geschmack Pfeffer obenauf mahlen.

Kathrin Fries