

Eier-Salat mit Rucola und Ananas

Für 4 Personen

8 Bio-Eier	1 Bund Rucola	1 Bund junge Salatblätter
$\frac{1}{2}$ Ananas	1 EL Currypulver	2 milde Chilischoten
1 scharfe Chilischote	Zitronensaft	Olivenöl, Salz
Pfeffer, Zucker		

Eier hart kochen, pellen und in Achtel schneiden. Ananas schälen und den Mittelstrunk entfernen. Das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke würfeln. Die Salatblätter säubern und in kleine Stücke zupfen. Kerne aus den Chilischoten kratzen und die Schoten in feine Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Ananasstücke darin 1-2 Minuten anbraten. Die Hälfte der Ananas entnehmen, die andere Hälfte mit Currypulver bestreuen und in der Pfanne schwenken, sodass sich das Gewürz gut verteilt. Die gewürzten und ungewürzten Ananasstücke abkühlen lassen. Mit den Salatblättern, Chilischoten und den Eiern in einer Schüssel vorsichtig vermengen. Den Salat mit etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Rainer Sass am 18. August 2019