

Feldsalat mit Speck, Croutons und Spiegelei

Für vier Portionen

200 g Feldsalat	100 g Speckscheiben	2 Scheiben Vollkorntoast
2 EL Weißweinessig	1 TL Honig	2 EL Olivenöl
4 Eier	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Den Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern.

Speck würfeln und in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten. Vollkorntoast würfeln und zum Speck geben. Einige Minuten mit braten, bis die Brotwürfel knusprig gebraten sind.

Für das Dressing Weißweinessig mit Honig, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Olivenöl zugeben und unterrühren.

Für das Spiegelei das restliche Olivenöl in eine Pfanne geben, Eier hineinschlagen und darin bei mittlerer Hitze braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Feldsalat mit dem Dressing mischen und auf Tellern verteilen. Speck und Crouton darüber streuen. Die Spiegeleier dazu legen und servieren.

Horst Lichter am 14. März 2015