

# Vörös Erik saláta



- előkészület: 20 perc
- főzés: 4 perc
- sütés: 4 perc

## hozávalók 2 főre

- 180 g pácolt vöröshering
- 8 szelet ajóka
- 1 fej lilahagyma
- 2 db paradicsom
- 20 dkg rukkola
- 4 tojás
- 80 g fenyőmag
- 4 ek vöröskaviár
- 5 dkg póréhagymacsíra
- parmezánforgácsok

## Az öntethez:

- kb. 5 ek extraszűz olívaolaj
- 1 ek balsamecet
- 4 gerezd fokhagyma
- só, őrölt színesbors
- igény szerint chilipaprika

## elkészítés

1. 4 percesre főzzük a lágytojást, és megpirítjuk a fenyőmagot száraz serpenyőben.
2. Mivel a receptünk két személyre szól, ezért előveszünk két tányért, s ráhelyezzük a rukkolaleveleket - igazságosan...
3. Rászórjuk a félkarikákra vágott lilahagymát, a felszeletelt paradicsomot, a póréhagymacsírárt.
4. Felszeleteljük a vörösheringet ujjnyi vastagságú darabokra, majd egy kissé beirdaljuk. Feldaraboljuk az ajókafileket is, rászórjuk a tányérra, majd lazán összekeverjük az eddigiekkel.
5. **Elkészítjük az öntetet:** Egy mozsárban összetörjük sóval a fokhagymát, eldörzsöljük, majd hozzáöntjük az olívaolajat, és a színesborsot, eldolgozzuk alaposan. Ezután ráöntjük a salátákra.
6. A lágytojásokat, tányéronként kettő darabot, kézzel kettétörünk, és ráhelyezzük a saláta tetejére, rákanalazzuk a vöröskaviárt ízlés szerint.
7. Rászórjuk a pirított fenyőmagokat - igazságosan :) - és a parmezánforgácsokat kedvünk szerint.
8. Pirítóssal tálaljuk.