

Rezept

Bohnensalat mit Halloumi

Ein Rezept von Bohnensalat mit Halloumi, am 20.04.2024

Zutaten

Salz	400 g	grüne Bohnen (oder gelbe Wachsbohnen)	
2 Zweige	Bohnenkraut	1 Dose	weiße Riesenbohnen (250 g Abtropfgewicht)
1	rote Zwiebel	40 g	Kürbiskerne
4 EL	Rotweinessig		Pfeffer
5 EL	Olivenöl	1 EL	Kürbiskernöl
250 g	Halloumi-Käse (Käse aus Zypern; ersatzweise Feta, Manouri oder halbfester Ziegenkäse)		

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | Schwierigkeitsgrad leicht | Zeit Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | Pro Portion Ca. 490 kcal

Zubereitung

1. In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen aufsetzen. Die Bohnen waschen, putzen, halbieren und mit dem Bohnenkraut ins kochende Salzwasser geben, in 10 Min. bissfest garen.

2. Inzwischen die weißen Bohnen in ein Sieb abgießen, abbrausen und gut abtropfen lassen. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten, vom Herd nehmen. In einer Schüssel Essig, Salz, Pfeffer, Olivenöl und Kürbiskernöl verrühren. Grüne Bohnen abgießen und abschrecken, noch lauwarm mit den übrigen Zutaten in dem Dressing wenden.

3. Den Halloumi-Käse in Scheiben schneiden und zum Bohnensalat servieren. Fladenbrot dazu reichen.