Rezept

Tomaten-Aprikosen-Salat mit Feta und Honig-Sambal-Dressing

Ein Rezept von Tomaten-Aprikosen-Salat mit Feta und Honig-Sambal-Dressing, am 29.04.2024

Zutaten

200 g	gelbe Kirschtomaten
200 g	rote Kirschtomaten
250 g	reife Aprikosen
200 g	Fetakäse
6 Stängel	Basilikum
½ Bund	glatte Petersilie

Honig-Sambal-Dressing:

20 g	flüssiger Honig (z.B. Akazienhonig)
1 TL	Sambal Oelek
2 TL	Sherryessig
	Salz
	frisch gemahlener grüner Pfeffer
2 EL	Traubenkernöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 525 kcal, 39 g F, 25 g KH

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln, die Stielansätze dabei wegschneiden. Die Aprikosen waschen und halbieren. Die Kerne entfernen. Die Aprikosenhälften in schmale Spalten schneiden und mit den Kirschtomaten mischen.

2. Den Feta trocken tupfen, einmal quer halbieren und nach Belieben zerbröckeln oder in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Den Fetakäse behutsam unter die Tomatenmischung heben.

3. Den Honig mit Sambal Oelek, Sherryessig, Salz und Pfeffer verrühren, nach und nach das Traubenkernöl unterschlagen.

4. Die Tomaten-Aprikosen-Mischung mit dem Honig-Sambal-Dressing mischen und ca. 15 Min. durchziehen lassen.

5. Inzwischen das Basilikum und die Petersilie abbrausen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und bis auf einen kleinen Rest grob hacken. Kurz vor dem Servieren die gehackten Kräuter unter den Salat heben. Den Salat mit den Kräuterblättchen garnieren.