Rezept

Bohnen-Tomaten-Salat mit Feta

Ein Rezept von Bohnen-Tomaten-Salat mit Feta, am 16.08.2025

Zutaten

500 g	grüne oder gelbe Bohnen
	Salz
2 k	kleine rote Zwiebeln
2	Korianderkörner
3 EL	Aceto balsamico bianco
	Pfeffer
1 Bund	Bohnenkraut
100 g	Bacon
300 g	Kirschtomaten
1/2 Bund	Petersilie
2 EL	Olivenöl
200 g	Feta

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal

Zubereitung

1. Bohnen waschen, putzen und in 3-4 cm große Stücke schneiden. Ausreichend Wasser in einem Topf erhitzen und die Bohnen darin mit Bohnenkraut und 1 TL Salz in ca. 15 Min. bissfest garen. Abgießen und abkühlen lassen.

2. Bacon in kleine längliche Streifen schneiden und ohne Fett rösten, herausnehmen und beiseitestellen. Zwiebeln schälen und klein würfeln. Tomaten waschen und vierteln. Gemüse und Bohnen in einer großen Schüssel mischen.

3. Korianderkörner im Mörser fein zerreiben. Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blätter fein hacken. Essig und Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Feta in kleine Würfel schneiden und mit Marinade und Gemüse mischen. Bacon unterheben und den Salat zum Servieren nochmals abschmecken.