

Rezept

Brotsalat mit Bohnen

Ein Rezept von Brotsalat mit Bohnen, am 01.10.2023

Zutaten

500 g Kirschtomaten	2 rote Zwiebeln
200 g türkisches Fladenbrot	2 Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin	7 EL Olivenöl
1 Dose weiße Bohnen (ca. 240 g Abtropfgewicht)	100 g Schafkäse (Feta)
1 Bund glatte Petersilie	2-3 EL Weißweinessig
Salz	Pfeffer
1-2 Msp. Sambal oelek	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und vierteln. Zwiebeln schälen, quer halbieren und längs in Streifen schneiden. Das Brot in mundgerechte Würfel schneiden. Knoblauch schälen und hacken. Rosmarin waschen und trocken schütteln, Nadeln abzupfen und hacken.
2. 4 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, das Brot darin mit Knoblauch und Rosmarin unter Rühren knusprig braun braten, dann herausnehmen. Die Bohnen in ein Sieb abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen. Den Schafkäse klein würfeln. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen grob hacken.
3. Übriges Öl und Essig verrühren, mit Salz, Pfeffer und Sambal oelek würzen. Alle Zutaten mit der Marinade mischen und noch ca. 30 Min. ziehen lassen.