

Rezept

# Bunter Paprikasalat

Ein Rezept von Bunter Paprikasalat, am 09.06.2023

## Zutaten

<b>1</b> rote Paprika	<b>1</b> gelbe Paprika
<b>1/2</b> Bio-Salatgurke	<b>1/2</b> rote Zwiebel
<b>1 EL</b> Apfelessig	<b>3 EL</b> Olivenöl
<b>3 EL</b> Olivenöl	<b>1 Bund</b> glatte Petersilie
<b>1 Stängel</b> Minze	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 190 kcal, 16 g F, 3 g EW, 8 g KH

## Zubereitung

1. Die Paprika waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Gurke waschen und putzen, die Zwiebel schälen. Alles in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.

---

2. Den Apfelessig mit Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. In die Schüssel geben und mit dem Paprikasalat vermengen.

---

3. Die Petersilie und die Minze abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und hacken. Die Kräuter über den Salat streuen, servieren.