

Rezept

# Italienischer weißer Bohnensalat

Ein Rezept von Italienischer weißer Bohnensalat, am 16.09.2024

## Zutaten

- |   |                                   |
|---|-----------------------------------|
| <b>1 Dose</b> gegarte weiße Bohnen (240 g Abtropfgewicht) | <b>1</b> mittelgroße rote Zwiebel |
| 1-2 Tomaten   | ½ Bund Basilikum                  |
| <b>2 TL</b> Kapern  | <b>1 EL</b> Weinessig             |
| Salz  | schwarzer Pfeffer aus der Mühle   |
| 2-3 EL bestes Olivenöl                                    |                                   |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 235 kcal

## Zubereitung

1. Bohnen in ein Sieb schütten und so lang kaltes Wasser drüber laufen lassen, bis der dickflüssige Sud, in dem sie gelegen haben, gewaschen ist. Bohnen abtropfen lassen.

---

2. Zwiebel schälen, einmal der Länge nach halbieren, quer in feine Streifen schneiden. Tomaten waschen und würfeln, Basilikum waschen und in Streifen schneiden.

---

3. Bohnen mit Zwiebel, Tomaten, Basilikum und Kapern mischen. Essig mit Salz, Pfeffer und Öl gut verrühren, unter den Bohnensalat mischen. Gleich essen oder noch kurz in den Kühlschrank stellen.