

Rezept

Italienischer weißer Bohnensalat

Ein Rezept von Italienischer weißer Bohnensalat, am 26.04.2024

Zutaten

- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1 Dose gegarte weiße Bohnen (240 g Abtropfgewicht) | 1 mittelgroße rote Zwiebel |
| 1-2 Tomaten | ½ Bund Basilikum |
| 2 TL Kapern | 1 EL 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.