Rezept

Kichererbsensalat mit Feta

Ein Rezept von Kichererbsensalat mit Feta, am 01.06.2025

Zutaten

1 große Dose	Kichererbsen (480 g Abtropfgewicht)
1	grüne Paprikaschote
4 EL	Zitronensaft
	Pfeffer
1 TL	gehackter Oregano
100 g	Feta
1	rote Zwiebel
100 g	Cocktailtomaten
1 TL	Salz
1/4 TL	Chiliflocken
2 EL	Olivenöl
50 g	grüne oder schwarze Oliven

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Kichererbsen abtropfen lassen. Zwiebel schälen, vierteln und in Streifchen schneiden. Paprika putzen, waschen und würfeln. Tomaten waschen und halbieren. Alles in einer Schüssel mischen.

---

2. Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Chiliflocken, Oregano und Öl verrühren und unter den Salat mischen. 30 Min. ziehen lassen, dann abschmecken. Den Feta grob würfeln und mit Oliven auf dem Salat verteilen. Bis zum Verzehr in den Kühlschrank stellen.