

Rezept

Kichererbsensalat mit Schafskäse

Ein Rezept von Kichererbsensalat mit Schafskäse, am 09.06.2026

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 1 kleine Dose Kichererbsen, 250 g Abtropfgewicht | 1 rote Zwiebel |
| 1 rote Paprikaschote | 1 Mini-Gurke |
| 2 EL Rotweinessig | 50 g grüne oder schwarze Oliven ohne Stein |
| Salz, Pfeffer | 2 TL Olivenöl |
| 50 g Schafkäse (Feta) | 4 Salbeiblätter |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

Zubereitung

1. Die Kichererbsen in einem Sieb abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Die Zwiebel schälen. Die Gurke ebenfalls schälen. Die Paprikaschote halbieren, Stiel, Kerne und weiße Rippen entfernen und die Paprika waschen.

2. Zwiebel, Gurke und Paprika würfeln. Die Oliven längs halbieren. Alles zu den Kichererbsen geben und vermischen.

3. Essig und das Öl verrühren, salzen, pfeffern, die Sauce unter den Salat mischen und diesen abschmecken. Die Salbeiblätter in feine Streifen schneiden und untermischen. Den Salat in zwei tiefen Tellern anrichten. Den Schafkäse auf der groben Gemüsereibe darüberreiben.