

Rezept

Persischer Gurkensalat

Ein Rezept von Persischer Gurkensalat, am 25.03.2023

Zutaten

3 Fleischtomaten (ca. 500 g)	1/2 Salatgurke
1 Zwiebel	1/2 Eissalat
2 frische Feigen	6 frische Datteln
2 TL Olivenöl	Saft von 1 Zitrone
Salz	Pfeffer
1 Knoblauchzehe	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 105 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und würfeln, dabei die Stielansätze entfernen. Die Salatgurke schälen und ebenfalls würfeln. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Eissalat klein schneiden, waschen und trockenschleudern.
2. Salat, Tomaten, Gurke und Zwiebel in einer großen Schüssel mischen. Die Feigen waschen und putzen, die Datteln entsteinen. Feigen und Datteln würfeln und unter den Salat mischen.
3. Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Den Knoblauch schälen, dazupressen und unterrühren. Das Dressing über den Salat geben. Nach Belieben mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Dazu schmeckt Fladenbrot.