

Rezept

Tomaten-Wurst-Salat

Ein Rezept von Tomaten-Wurst-Salat, am 15.12.2025

Zutaten

300 g	Fleischwurst	2	Zwiebeln
2	eingelegte Peperoni	400 g	feste, fleischige Tomaten
1 Bund	Schnittlauch	3 EL	Essig (z. B. Malz-, Bier- oder Apfelessig)
	Salz		Pfeffer
1 Prise	Zucker	1 TL	Kümmelsamen
5 EL	neutrales Öl		

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | Schwierigkeitsgrad leicht | Zeit Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | Pro Portion Ca. 345 kcal

Zubereitung

1. Die Wurst häuten und in feine Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Die Peperoni abtropfen lassen und ebenfalls in Ringe schneiden.
2. Tomaten waschen, halbieren, vom Stielansatz befreien, und quer in dünne Scheiben schneiden. Den Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in Röllchen schneiden.
3. Essig mit Salz, Pfeffer, Zucker und dem Kümmel verrühren. Das Öl unterschlagen. Wurst mit Zwiebeln, Peperoni, Tomaten und Schnittlauch mischen. Das Dressing unterheben und den Salat abschmecken.