Rezept

Tomaten-Wurst-Salat

Ein Rezept von Tomaten-Wurst-Salat, am 08.10.2026

Zutaten

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

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.