Rezept

Tomatensalat mit Zwiebeln

Ein Rezept von Tomatensalat mit Zwiebeln, am 10.06.2025

Zutaten

800 g	Tomaten (gut reif, aber auch noch fest; am besten schmecken die fleischigen italienischen mit ein paar grünen Stellen)
	Salz
1/2 TL	Zucker
1	rote oder weiße Zwiebel
1 Bund	Schnittlauch
2 EL	milder Essig (z.B. Balsamico bianco, Apfelessig oder auch heller Reisessig)
	Pfeffer aus der Mühle
4 EL	Olivenöl oder gutes Rapsöl

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen, den Stielansatz wie einen spitzen Keil aus jeder Tomate herausschneiden. Die Tomaten in Scheiben oder in Achtel schneiden.

2. Die rote oder weiße Zwiebel schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Den Schnittlauch abbrausen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden.

3. Für die Salatsauce den Essig mit Salz, Pfeffer und dem Zucker (der tut der Säure in den Tomaten gut) gründlich verrühren. Öl dazu und jetzt mit der Gabel oder einem kleinen Schneebesen so lange kräftig durchschlagen, bis die Sauce schön cremig ist.

4. Tomaten, Zwiebeln und Schnittlauch mit der Salatsauce mischen, probieren und nachwürzen, wenn es nötig ist. Und den Salat nicht lange stehen lassen, weil er dann nur Wasser zieht und nicht mehr so gut schmeckt.