

Rezept

Tomatensalat mit gerösteter Paprika

Ein Rezept von Tomatensalat mit gerösteter Paprika, am 28.06.2026

Zutaten

| | |
|-----------------------------|--------------------|
| 2 große Paprika | 4 TL Rapsöl |
| 350 g kleine, reife Tomaten | 10 Stängel Oregano |
| 8 Stängel Basilikum | |

Für die Salatsauce

| | |
|------------------------|---------------------|
| 50 ml Olivenöl | 25 ml Weißweinessig |
| 2 cl weißer Portwein | 1 EL Rohrzucker |
| 1 TL schwarzer Pfeffer | grobes Meersalz |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 250° vorheizen. Die Paprika waschen, trocken tupfen und mit Rapsöl bestreichen. Die Schoten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im heißen Backofen (Mitte) ca. 30 Min. rösten, bis die Haut dunkelbraun und weich wird, dabei die Paprikaschoten ein- bis zweimal wenden.
2. Inzwischen für die Salatsauce Olivenöl, Weißweinessig, weißen Portwein, Rohrzucker, gemahlene Pfeffer und 1 TL Meersalz in eine Schüssel geben und verrühren.
3. Tomaten waschen, vierteln und von den Stielansätzen befreien. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Basilikumblätter fein hacken.
4. Die Paprika nach der Röstzeit aus dem Backofen holen, kurz abkühlen lassen und soweit wie möglich häuten. Die Schoten längs aufschneiden, von weißen Trennwänden und Kernen befreien und in dünne Streifen schneiden. Paprikastreifen und Tomatenviertel in die Schüssel mit der Salatsauce geben und gut mischen. Den Salat mit den Kräuterblättern bestreuen und servieren.