



REZEPT von Daniela Baier

Griechischer Bohnen-Salat

Zutaten:

500 g grüne Bohnen (gefroren oder frisch)
1 rote Zwiebel
200 Kirschtomaten
1 Dose (425 ml) weiße Riesenbohnen
1 Knoblauchzehe
4 EL heller Balsamico-Essig
100 g schwarz Oliven (z.B. Kalamata)
200 g Schafskäse
4 EL Olivenöl
1 Prise Zucker
2 - 3 Stiele Thymian
Pfeffer / Salz

Zubereitung:

Bohnen abkochen und anschließend kalt abschrecken. Für das Dressing Essig, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Öl darunter schlagen. Knoblauch pressen und mit dem Thymian hinzugeben. Tomaten halbieren, Zwiebel in feine Ringe schneiden und mit den Bohnen und Oliven vermengen. Ggf. nochmals mit Pfeffer und Salz nachwürzen. Den Salat ca. 30 Min. ziehen lassen. Feta in Würfel schneiden und auf den Salat geben.

Tipp: Toppe den Salat noch mit Artischockenherzen aus der Dose, Thunfisch oder abgekochten Eiern. Dazu schmeckt Baguette oder Fladenbrot.