

Italienische Rezepte

Italienischer Bohnensalat

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Bohne, Italien, Salat

300 g weiße Bohnen
2 Liter Wasser
4 Knoblauchzehen
4 frische Salbeiblätter

Salz
1 kg Tomaten
2 Zwiebeln

Marinade

6 Essl. Sonnenblumenöl
2 Essl. Balsamico - Essig
Salz

schwarzer Pfeffer
1 Bund glatte Petersilie

Bohnen über Nacht im Wasser einweichen. Bohnen im Einweichwasser mit halbierten Knoblauchzehen, Salbeiblättern und Salz ankochen und 80 Minuten fortkochen. Bohnen abgießen und auskühlen lassen, Salbei und Knoblauch entfernen.

Tomaten überbrühen, abziehen und entkernen, Fruchtfleisch und Zwiebeln in Würfel schneiden. Für die Marinade Öl und Essig verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bohnen, Tomaten und Zwiebeln in die Marinade geben, mischen und durchziehen lassen.

Salat mit gehackter Petersilie bestreut servieren.