



BROTSALAT MIT FETA UND OLIVEN

4 Personen

Zutaten:

- 3 EL Balsamico-Essig, weiß
- ½ TL Zucker
- Salz, Pfeffer
- 1 Msp. Cayennepfeffer
- 2 EL Rapsöl
- 5 Lauchzwiebeln
- 400 g Tomaten
- 80 g schwarze Oliven
- 150 g weiße Bohnen (Konserven)
- 80 g Schafskäse
- 1 Bund Petersilie
- 2 Zweige Rosmarin
- 250 g trockenes Brot
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Rapsöl

So wird's gemacht:

Die Gewürze mit Essig und Öl in einer Schüssel verrühren. Lauchzwiebeln waschen, putzen und in schmale Ringe schneiden. Tomaten waschen, Blütenansatz entfernen und in Viertel schneiden.

Bohnen abgießen. Käse in Würfel schneiden und alles mit den Oliven in die Schüssel geben. Petersilie waschen, trocken tupfen und klein schneiden. Vom Rosmarin die Nadeln abzupfen. Die Kräuter in die Marinade geben. Brot in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Brot und Knoblauch mit Öl in einer beschichteten Pfanne knusprig braten und zu dem Salat geben. Gut durchmischen und etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Tipp:

Je nach Jahreszeit und Verfügbarkeit kann folgendes kleingeschnittenes Gemüse zugefügt werden: Radieschen, Rucola, grüner Spargel, Bärlauch, Lauchzwiebeln, geraspelte Möhren.

Anstatt Rapsöl kann auch Olivenöl verwendet werden.

Rezept:

Brigitte Weis-Lehmler, Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum
Westerwald-Osteifel



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR UMWELT,
ENERGIE, ERNÄHRUNG
UND FORSTEN