

Scharfer Bohnensalat

Gesamtzeit: 40 min.
Portionen: 4



Zutaten:

Grüne und gelbe Bohnen 400 g
Minze 4 Stängel
Knoblauchzehen 4
Chilischoten 2 frische rote
Olivenöl Ein Schuss
Rotwein- oder Balsamico-Essig 3 EL
Mini-Mozzarellakugeln 8
Landbrot 4 Scheiben

Anweisungen:

Tomaten für 30 Sekunden in kochendes Wasser geben. Dann mit einem Sieb herausschöpfen, unter kaltem Wasser abschrecken und häuten.

Die Stielansätze der Bohnen entfernen und für 4 Minuten in das kochende Wasser geben.

Anschließend in einem Sieb abgießen.

Inzwischen die Minzeblätter abzupfen und kleine Blätter für die Garnitur beiseitelegen.

Knoblauch schälen und mit den Chilis in dünne Scheiben schneiden.

Knoblauch, Chili und Minze in Olivenöl anbraten.

Tomaten, Bohnen und Essig hinzufügen und 4 Minuten köcheln lassen, dabei regelmäßig umrühren, damit die Tomaten zerfallen.

Den fertigen Salat mit schwarzem Pfeffer und Meersalz abschmecken und mitsamt der Flüssigkeit auf einer Platte anrichten.

Mit Mozzarella und der restlichen Minze garnieren und mit frisch geröstetem Landbrot servieren.