

Mediterraner Bohnen-Salat

Zutaten

- 500g Busch-Bohnen
- 2 Tomaten
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Zwiebel
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Balsamico-Essig
- 1 EL Weißwein-Essig
- 1 TL Honig
- 1 TL Senf
- Etwas Thymian
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zuerst die Bohnen putzen, waschen und in ca. 5 cm große Stücke schneiden. Anschließend die Bohnen in kochendem Salzwasser für ca. 7 Minuten bissfest garen. In der Zwischenzeit Knoblauch und Zwiebel schälen und fein würfeln. Dann die Tomaten ebenfalls in Würfel schneiden. Sobald die Bohnen gar sind, Wasser abgießen und die Bohnen mit kaltem Wasser abschrecken.

Für das Dressing Olivenöl, Essig, Senf und Honig gut verrühren und mit Salz, Pfeffer sowie etwas Thymian abschmecken.

Nun kann alles in einer Schüssel vermengt und serviert werden. Nach Belieben kann der Salat mit gehobeltem Parmesan oder Pecorino verfeinert werden.

