AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	15 Min.	Frühling	Italien

SALAT MIT THON UND BORLOTTI-BOHNEN



Rezept: Rudolf Trefzer, Wohlen - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Ein herzhafter Sommersalat. (+ Bohnen am Vortag einlegen)

ZUTATEN (4 PERSONEN)

200 g	Borlotti-Bohnen	2 EL	Senf
0.5 dl	Olivenöl	1 Dose	Thon, zerzupft
6 EL	Weissweinessig	12 Bl	Grüner Salat
2 EL	Weisser Balsamico	1	Rote Zwiebel, feine Streifen
0.5 dl	Gemüsebouillon		
2 Zehe	Knoblauch	1 Bd	Petersilie
			Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Borlotti-Bohnen am Vortag in kaltem Wasser einlegen. Wasser abgiessen und abspülen.
2. Bohnen ohne Salz während mind. 20 Min. weichkochen.
3. Salatsauce mit Olivenöl, Weissweinessig, weissem Balsamico, Gemüsebouillon, zerriebenem Knoblauch und Senf zubereiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce unter den zerzupften Thon und die Borlotti-Bohnen ziehen.
4. Grüne Salatblätter rüsten, Platte damit auslegen. Thon-Bohnen-Mischung auf den Salat legen. Mit fein geschnittener Zwiebel und Petersilie bestreuen. Mit Brot servieren.

TIPP: Statt roten Zwiebeln eignen sich auch Frühlingszwiebeln.