

Kochen

Martin Gehrlein

Dienstag, den 29.06.2021

Italienischer Brotsalat mit Bohnen und Tomaten

Für 4 Personen

Zutaten

300 g Bohnen, grün
 etwas Salz
 6 Scheiben Graubrot, dünn, vom Vortag
 9 TL Olivenöl
 400 g Tomaten
 2 Zwiebeln, weiß
 200 g Bohnenkerne, weiß, aus der Dose
 2 Knoblauchzehen
 200 ml Tomatensaft
 etwas Pfeffer
 2 EL Balsamessig, hell
 etwas Zucker
 200 g Mozzarellakugeln, klein
 0,5 Bund Basilikum



Zubereitung

1. Bohnen putzen, abbrausen und evtl. dritteln. In kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen. Herausnehmen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.
2. Backofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Brotscheiben je nach Größe halbieren oder vierteln und die Oberflächen mit insgesamt 4 TL Olivenöl bestreichen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und ca. 2-3 Minuten rösten, dabei einmal wenden.
3. Tomaten putzen, abbrausen und in Spalten schneiden (nach Belieben entkernen).
4. Zwiebeln und Knoblauch abziehen. Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Bohnen abbrausen und abtropfen lassen.
5. Knoblauchscheiben in einer Pfanne mit 1 TL Öl rösten. Herausnehmen und die Zwiebeln im Bratfett ca. 1 Minute weich dünsten.
6. Tomatensaft (und evtl. das Fruchtfleisch der Tomaten), Salz, Pfeffer, Essig, 1 Prise Zucker und übriges Olivenöl verrühren bzw. kurz mixen.
7. Brot aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Mozzarella abtropfen lassen. Basilikum abbrausen, trockenschütteln und grob zerzupfen.
8. Tomaten, grüne und weiße Bohnen, Zwiebeln und Knoblauch auf einer Platte anrichten. Dressing darüberträufeln und etwas ziehen lassen. Mit Mozzarellakugeln und Basilikum anrichten und servieren.