

Bohnen-Brot Salat mit Eiern



Zutaten:

2 Paprikaschoten (rot), 4 Eier, Meersalz, 1 kg Fisolen, 300g grüne Bohnen, 2 Schalotten, 2 Zehen Knoblauch, 10 El Olivenöl, 150 g Baguette, 400 g Kirschtomaten, 2 Stiele Basilikum, 100 g Oliven (schwarz), 3 TI Kapern (klein), 3 El Weißweinessig, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Paprika putzen, waschen, längs halbieren und entkernen. Paprikahälften mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen. Unter dem vorgeheizten Backofengrill bei 250 Grad 6—8 Minuten grillen, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Paprika in einem Gefrierbeutel 5 Minuten ausdämpfen lassen, häuten und in mundgerechte Stücke schneiden.

Eier in kochendem Wasser in 9—10 Minuten hart kochen, abschrecken und schälen.

Reichlich Wasser mit 2 El Meersalz in einem großen Topf aufkochen. Dicke Bohnen aus den Schoten pulen. Fisolen putzen und in sprudelnd kochendem Salzwasser 5 Minuten garen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, in einem Sieb abschrecken und gut abtropfen lassen. Dicke Bohnen 2 Minuten im selben kochenden Salzwasser kochen, in ein Sieb gießen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Bohnenkerne aus den Häuten drücken und zu den Fisolen geben.

Schalotten und Knoblauch in feine Würfel schneiden. 1 El Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Anschließend beiseitestellen und abkühlen lassen.

Brot in ca. 2 cm große Würfel schneiden. 4 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Brotwürfel darin rundum goldbraun rösten.

Tomaten waschen und halbieren. Basilikumblätter von den Stielen abzupfen und grob schneiden. Oliven und Kapern in einem Sieb abtropfen lassen.

Für das Dressing Weißweinessig mit Salz und Pfeffer verrühren. Das restliche Olivenöl, Schalotten und Knoblauch unterrühren. Oliven und Kapern zugeben. Eier vierteln.

Paprika, Bohnen, Brotwürfel, Tomaten und Basilikum behutsam mit dem Dressing mischen. Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken, in einer Schüssel oder auf einer Platte anrichten, die Eierviertel darauf verteilen und sofort servieren.

Gutes Gelingen 😊