

Zutaten

- 50 g getrocknete weiße Bohnen
- 200 ml ungesalzene Brühe
- 1 TL Senf
- 1 TL Agaven-Dicksaft
- 1 EL weißen Balsamico
- 3 EL Olivenöl
- 10 Kirchtomaten
- 1/4 Bund Petersilie
- 2 Zweige Bohnenkraut
- 2 rote Zwiebeln
- 2 EL Rotweinessig
- 1 EL Zucker
- Salz, Pfeffer

Beilage, Vorspeise

Salat von weißen Bohnen

Entdecken Sie unser Rezept für einen köstlichen Salat von weißen Bohnen. Lassen Sie sich inspirieren und kochen Sie mit uns bei Kochateliers!

So wird’s gemacht:

1. Bohnen über Nacht in Wasser einweichen. In ungesalzener Brühe weichkochen. Durch Salz bleiben die Bohnen trotz Kochens fest.
2. In einer Schüssel Senf, Agaven-Dicksaft und Balsamico mit einem Schneebesen vermischen. Olivenöl tröpfchenweise hinzugeben, so dass eine Emulsion entsteht. Kirschtomaten halbieren.
3. Wenn die Bohnen gar sind, die Brühe abschütten und die warmen Bohnen mit dem Dressing und den Tomaten vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter fein schneiden und zu den Bohnen geben.
4. Zwiebeln in feine Streifen schneiden, mit Rotweinessig und Zucker für ca. eine Stunde marinieren. Dann den Essig abgießen und Zwiebeln unter die Bohnen mischen.