

# Weißer Bohnensalat



Rezept: 0047      Liste: 4.5. Salate  
Kategorie:        Gemüse,  
Quelle:            CookBack

## Rezeptbeschreibung

Bohnenkerne - reichlich mit Wasser bedeckt - über Nacht einweichen. Am anderen Tag abgießen, mit frischem Wasser in einen Topf füllen, salzen und je nach dem Alter der weißen Bohnen in 15 bis 60 Minuten weichkochen.

Währenddessen alle Paprikaschoten entkernen und in winzige Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Tomate mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, sorgfältig entkernen, dabei den Stielansatz ausschneiden, das Fleisch ebenfalls klein würfeln. Den Sellerie in hauchfeine Scheiben schneiden. Petersilie grob hacken. Alle Zutaten mit den abgetropften Bohnen in einer Schüssel mischen. Mit Essig, Salz, Pfeffer und Öl anmachen. Im Kühlschrank ein wenig durchziehen lassen.

## Zutatenliste für 4 Personen

- 1 große Fleischtomate
- 150 g weiße Bohnenkerne
- 1 Stängel Bleichsellerie,
- $\frac{1}{2}$  Paprikaschote je rot grün gelb
- 1 Bund Petersilie
- 3 EL Essig
- Salz und Pfeffer
- 1 Zwiebel,
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Olivenöl