Käferbohnensalat

Der Käferbohnensalat mit Kürbiskernöl ist eine steirische Spezialität. Das Rezept kann man auch als Hauptmahlzeit zubereiten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 45 min

Ruhezeit: 12,0 h

Gesamtzeit: 13,1 h



Zutaten

500 g	Käferbohnen
1 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Knoblauchzehe
4 EL	Kürbiskernöl
3 EL	Mostessig
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Zur Zubereitung vom **Käferbohnensalat** die getrockneten Bohnen vorwaschen. Über Nacht in Wasser einweichen, etwa die 3-fache Menge Wasser verwenden. Dadurch werden die Käferbohnen beim Kochen schneller weich.

2. Bei niedriger Hitze zirka 30-45 Minuten köcheln bis die Bohnen weich sind. Danach abkühlen lassen.

3. Zwiebeln vorsichtig abziehen und fein schneiden. Zwiebeln und Käferbohnen vermengen. Kernöl und Mostessig hinzugeben. Mit etwas Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken. Den Käferbohnensalat im Anschluss servieren.

Tipp

Das Rezept für den Käferbohnensalat kann man noch zusätzlich mit Paradeiser und hartgekochte Eier erweitern.