

Käferbohnenalat

Der Käferbohnenalat macht satt, sodass man das Rezept auch als Hauptmahlzeit zubereiten kann.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 20 min

Ruhezeit: 24,0 h

Gesamtzeit: 24,7 h



Zutaten

600 g	Käferbohnen
110 g	Zwiebeln
4 EL	Kürbiskernöl
6 EL	Mostessig
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Stk.	Knoblauchzehe

Zubereitung

1. Zur Zubereitung vom **Käferbohnenalat** Käferbohnen vorwaschen und in leicht gesalzenem Wasser weich kochen. Die Käferbohnen kann man auch 1 Tag vor der Zubereitung einweichen, damit sie beim Kochen schneller weich werden.
2. Zwiebeln vorsichtig abziehen und fein schneiden. Zwiebeln und Käferbohnen vermengen. Kernöl und Mostessig hinzugeben. Mit etwas Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken. Den Käferbohnenalat im Anschluss servieren.

Tipp

Den Käferbohnenalat auch mit anderen Bohnensorten, wie Linsen oder Fisolen, anrichten. In der Steiermark ersetzt der Rettich die Zwiebeln.