

Mediterraner Bohnen-Feta-Salat



Einfaches Rezept



Für 2 Personen



Zubereitungszeit
ca. 20 Minuten



Perfekt für ein
ausgewogenes Mittags-
oder Abendessen

ZUTATEN

- 1 Dose weiße Bohnen
(ca. 240 g Abtropfgewicht)
- 150 g Cherrytomaten
- ½ Gurke
- 1 kleine rote Paprika
- ½ Zwiebel
- 100 g Feta
- 1 kleine Handvoll Petersilie
- Optional: einige Oliven

ZUBEREITUNG

- 1 Bohnen in ein Sieb geben, abspülen und gut abtropfen lassen.
- 2 Tomaten halbieren. Gurke, Paprika und Zwiebel klein schneiden.
- 3 Alles zusammen mit den Bohnen in eine Schüssel geben.
- 4 Die Zutaten für das Dressing verrühren und über den Salat geben.
- 5 Feta darüberbröseln, Petersilie dazugeben und kurz ziehen lassen.



ALEXANDRAS TIPP

Der Salat lässt sich gut vorbereiten und schmeckt auch am nächsten Tag noch wunderbar frisch.



Körper & Balance
TRANSFORMATIONSTUDIO ALEXANDRA