

Grillrezepte

Grillfest Grillparty - Spanischer Bohnensalat

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Einfach, Gemüse, Salat, BBQ, Beilagen,

900 g	Dicke Bohnen (Tk)		- Knoblauchwurst)
2	Essl. Sherry-Essig	150 g	Zwiebeln; gewürfelt
6	Essl. Olivenöl	1/2 Bund	Minzeblättchen
150 g	Chorizo (span.		Salz, Pfeffer

1. Bohnen auftauen und häuten.

2. Aus Sherry-Essig, Salz, Pfeffer und 2/3 des Olivenöls eine Sauce rühren, mit den Bohnen mischen. Chorizo (spanische Knoblauchwurst) zuerst in Scheiben, dann in Streifen schneiden und im restlichen Olivenöl kräftig braten.

Anschließend Zwiebeln dazugeben, kurz

andünsten und unter die Bohnen rühren. 30-40 Minuten durchziehen lassen.

3. Mit Streifen der Minzeblättchen verrühren und nachwürzen.

Dazu passen Bauernbrot und kräftiger spanischer Rotwein.

: Lässt sich vorbereiten

: Nährwerte: Fett in g: 33, Kohlenhydrate in g: 32, kcal: 571

: Zubereitungszeit: 60 Minuten