



Insalata di fagioli verdi piccante - Pikanter Bohnensalat

Aus den grossen flachen Gartenbohnen (Coco-Bohnen) lässt sich auch ein feiner Salat zubereiten. In Süditalien wird er gern mit Peperoni und Peperoncini ergänzt, dazu kommt nicht zu knapp Knoblauch. Weissler Balsamico und gutes Olivenöl sind die Grundlage der Salatsauce, die mit etwas Zitronensaft aufgefrischt wird.

Zutaten (2 Beilagen)

300g	Gartenbohnen
1/4	rote Peperoni
5-8cm	Peperoncino (dosieren je nach Schärfe)
1	Schalotte
2	Knoblauchzehen
3El	Olivenöl
1El	weisser Balsamico
2El	Zitronensaft
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Olivenöl, Balsamico und 1 El Zitronensaft vermischen. Peperoni und Schalotte fein würfeln. Peperoncino und Knoblauch ganz fein würfeln und zugeben. 1/2 Tl Salz zugeben und vermischen. Mindestens eine halbe Stunde ziehen lassen.

Leicht gesalzenes Wasser zu Kochen bringen, 1 El Zitronensaft zugeben. Bohnen rüsten, lange Exemplare halbieren. Im Wasser kochen bis sie knapp weich sind (15-20 Minuten).

Bohnen abschütten und auskühlen lassen. In ca. 3-4cm lange Stücke schneiden. Sobald sie nur noch lauwarm sind unter die Sauce mischen. Salat eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren nochmals eine halbe Stunde ziehen

lassen.

