



Italienischer Bohnensalat

Für 4 Personen

500 g gekochte Tatarenbohnen (ca. 250 g Trockengewicht)

50 g getrocknete Tomaten

4 TL Olivenöl*

4 TL Balsamico-Splash*

4 TL Senf*

4 TL Honig*

2 Zehen Knoblauch

50 g Pinienkerne

Rucola

Mozzarella

Parmesan

Zubereitung:

Getrocknete Tomaten in kaltem Wasser einweichen lassen. Aus den flüssigen Zutaten und dem gepressten Knoblauch ein Dressing herstellen und mit den Bohnen vermischen. Pinienkerne in einer Pfanne bei mittlerer Hitze leicht anrösten. Rucola wasche und trocken schleudern. Mozzarella und getrocknete Tomaten in kleine

Würfel schneiden. Alles zu den Bohnen geben, gut durchrühren und mit frisch geriebenen Parmesan garnieren

Die mit Stern *gekennzeichneten Artikel sind im Welt Laden erhältlich