

Tomaten- Pflaumen- Salat



Enrique Manito



SPANISCHE LANDWIRTSCHAFT

Für Menschen mit Geschmack.

bioladen[★]

bioladen.de

Tomaten- Pflaumen- Salat



ZUTATEN

- 700 g bunte **bioladen***Tomaten, nicht zu weich
- 300 g **bioladen***Pflaumen oder Zwetschen
- 1 kleine rote **bioladen***Zwiebel
- 1 **bioladen***Knoblauchzehe
- 4 EL Balsamico Bianco
- 2 EL **bioladen***Zitronensaft, frisch gepresst
- 8 EL **bioladen***Olivensöl
- Salz
- 1 EL **bioladen***Zucker
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. 2 Handvoll Kräuter nach Wahl: Glatte Petersilie, grob gehackt, oder Basilikum, grob gezupft, oder Schnittlauch
2. Tomaten waschen, putzen und mundgerecht schneiden. Pflaumen waschen, entsteinen und vierteln oder achtern. Zwiebeln in feine Spalten schneiden. Knoblauch fein hacken.
3. Balsamico, etwas Wasser und Zitronensaft verrühren. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Das Öl unterrühren.
4. Alle Salatzutaten in eine flache Schale geben und mit der Vinaigrette mischen. Die Kräuter unterheben.
5. Bei Bedarf noch mit gerösteten **bioladen***Pinienkernen bestreuen.



Weitere Rezepte in unserem Kochbuch auf www.bioladen.de/rezepte



ERZEUGER-
WEBSITE



BIO-KERN- UND STEINOBST VON ABUELO PABLO

Der Name Abuelo Pablo bedeutet „Großvater Paul“ und wurde mit folgender Vision geboren: Ökologische Produkte anzubauen die auf einer respektvollen und nachhaltigen Weise mit der Umwelt in Zusammenhang stehen und somit zur Landwirtschaft zurückkehren, wie es unsere Vorfahren vor vielen Jahren getan haben.

bioladen.de/abuelopablo

