

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Salat aus dicken Bohnen

1 kg Dicke Bohnen aus der Schale pulen und mit 1 Teel. Salz und 2 Zweigen Bohnenkraut mit Wasser bedeckt 25 Min garen lassen.

Die Bohnen abgießen und abkühlen lassen.

2 Knoblauchzehen feinhacken und mit

2 Eßl. Apfelessig

1/2 Teel. Salz

1 Prise weißem Pfeffer und

5 Eßl. Walnußöl (oder ein anderes gutes Öl) verrühren und mit

5 in Streifen geschnittenen Pfefferminzblättern

zu den Bohnen geben und verrühren.

Den Salat 1 Stunde zugedeckt durchziehen lassen.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com