

Hirten-Salat

Für 4 Personen

4 Fleischtomaten	Meersalz	5 EL Olivenöl
3 rote Paprika	1 Stiel Kerbel	2 Stiele Blattpetersilie
2 Schalotten	80 g Fetakäse	1 EL grüne Oliven

Backofen auf 75 Grad vorheizen. Am Vortag die Tomaten einschneiden, kurz in kochendem Salzwasser blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken. Tomaten häuten, vierteln und mit dem Kerngehäuse nach oben auf ein mit 1 EL Olivenöl bepinseltes Backblech verteilen. Tomaten im Backofen ca. 3 Stunden antrocknen. In einer verschließbaren Lebensmittelbox die getrockneten Tomaten mit 2 EL Olivenöl über Nacht im Kühlschrank aufbewahren. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Paprika waschen, putzen vierteln und Kerngehäuse entfernen. Auf ein Blech setzen. Mit 2 EL Olivenöl bepinseln und mit Meersalz würzen. Mit Backpapier abdecken und ca. 15 Minuten garen. Paprika herausnehmen, kurz abkühlen lassen, dann häuten und Paprika in Rechtecke teilen. Die Kräuter abspülen, trockenschütteln und sehr fein hacken. Kräuter mit Paprikarauten und getrockneten Tomaten mischen und mit Klarsichtfolie abdecken.

Michael Kempf am 07. September 2013