

Levante-Salat mit Feta und Granatapfel

Für 3-4 Portionen:

1 große rote Paprikaschote	1 Salat-Gurke	200 g Kirschtomaten
0,5 Granatapfel	1 rote Zwiebel	0,5 Bund glatte Petersilie
0,5 Bund Koriandergrün	1 Zitrone	1 Knoblauchzehe
75 g schwarze Oliven	200 g Feta	4 EL Olivenöl
2-3 tablespoon Olivenlake	1-2 türkisches Chiligewürz	Salz, Pfeffer

Paprika, Gurke und Tomaten waschen und trocknen. Die Paprika vierteln, entkernen und ohne Stielansatz in Streifen schneiden. Die Gurke längs vierteln und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Tomaten je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Granatapfelkerne aus der Hälfte herauslösen. Die Zitrone heiß waschen, kräftig trocken reiben und die Schale fein abreiben. Die Frucht halbieren und den Saft auspressen.

Petersilie und Koriander waschen und trocken schütteln. Die Kräuter nach Belieben mit oder ohne Stängel fein schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel halbieren und in feine halbe Ringe schneiden. Den Knoblauch reiben oder sehr fein würfeln. Die Oliven abgießen, dabei die Lake auffangen. Den Feta mit Küchenpapier abtupfen und in kleine Würfel schneiden.

Die vorbereiteten Zutaten ohne den Zitronensaft in einer Schüssel vermischen und mit dem Olivenöl marinieren. Den Salat mit Zitronensaft, Olivenlake, Chiligewürz, Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

Den Salat in einer großen Schüssel auf den Tisch stellen oder portioniert auf Tellern servieren. Dazu passen zum Beispiel Bifteki.

Frank Rosin am 21. November 2024