

Süsaurer Gurken-Kapernsalat mit Chili

by Andreas - Sonntag, März 16, 2014

<http://mundgericht.de/index.php/suesaurer-gurken-kapernsalat-mit-chili/>

Für diesen Salat sollte man Gurken mit unbehandelter Schale verwenden. Man kann die Gurkenwürfel wahlweise, wie im Rezept beschrieben, mit dünsten oder aber roh verwenden. Die rohe Variante ist auf jeden Fall farbenfroher.

2 mittelgroße Salatgurken (Bio)

1 Knoblauchzehe

1 rote Chilischote

2 EL Kapern

1 EL Weißweinessig

3 EL Olivenöl

2 EL gehackte Petersilie

1 TL Zucker

Pfeffer

Salz

Die Gurken halbieren und die Kerne mit einem Löffel auskratzen, dann würfeln und in einer Pfanne im Olivenöl bei kleiner Flamme ca. 3-5 Minuten andünsten. Dann die feingehackten Chilischote (vorher halbieren und entkernen) und die Knoblauchzehe dazugeben. Mit dem Weißweinessig begießen und die Kapern und den Zucker beifügen. Gut vermengen und ca. 3 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und der gehackten Petersilie bestreuen.

PDF generated by Kalin's PDF Creation Station