

# Orientalischer Brotsalat (4 Pers.) Fattoush

orientalische Küche

(pro Pers. : 225 Kcal. / 11 g Fett)

Ein erfrischender Salat für heisse Sommertage.

## Salatsauce:

¼ Tl	Salz,	
1 Pr.	Pfeffer, frisch gemahlen	
4 El	Zitronensaft	alles in einer Schüssel gut verrühren (Schwingbesen)
1-2	Knoblauchzehen,	fein schneiden, zugeben
5 El	Olivenöl	
1 Bund	Basilikum, gezupft	
wenig	Pfefferminz, fein	dazumischen.

## Salat:

120 g	Fladenbrot oder Toastbrot	grob würfeln und in einer Bratpfanne leicht anrösten
300 g	Salatgurke, gewürfelt	
3	Tomaten, grob gewürfelt	
150 g	Peperoni, gelb, Streifen	
80 g	rote Zwiebel, fein gewürfelt	Alle Salatzutaten miteinander vermischen. Den Salat kurz vor dem Servieren zur Sauce mischen.  Zum Schluss die angerösteten Brotwürfel zugeben, noch einige Minuten durchziehen lassen und servieren.

**Tipp:** Statt frischer Basilikum eignet sich auch glatte Petersilie oder Koreanderkraut.  
Anstelle von roten Zwiebeln Frühlingszwiebeln verwenden  
Nach Belieben Feta- Würfeli oder Oliven darunter ziehen

