

Grüne Bohnen Salat



Zutaten für 1 Schüssel:

- 500 g grüne Bohnen
- 1 Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- Essig
- 1 TL Salz
- Pfeffer
- Bohnenkraut
- 2 EL Petersilie
- 1 Prise Zucker

Arbeitszeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 8 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 18 Minuten

So machst du grüne Bohnen Salat selber:

1. Wasche die Bohnen, schneide die Enden ab und schnippele sie in kleine Stücken von ca. 2 cm. Gib die Bohnenstücke dann mit dem [Bohnenkraut](#) in einen Topf mit Salzwasser und koche sie für 8 Minuten.
2. Gieße sie ab und gib sie direkt in einen Topf mit Eiswasser. So behalten sie ihre satte grüne Farbe.
3. Rühre nun das Dressing an. Schäle dafür die Zwiebel und schneide sie in kleine Stücke. Verrühre sie mit dem Öl, einem Spritzer Essig, Zucker, Salz und Pfeffer.
4. Gib die ausgekühlten Bohnen in eine Schüssel, mische sie mit dem Dressing. Oma fügt

außerdem noch reichlich gehackte Petersilie zu.

5. Verrühre alles gut und lasse den grüne Bohnen Salat dann für mindestens eine Stunde im Kühlschrank durchziehen.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

