



Paprika-Pita-Salat Fattoush-Style

mit Greek-White-Joghurt-Sauce und Minzöl



ca. 25min



3-4 Personen

Fattoush ist genauso wie Taboulé ein absoluter Salatklassiker der syrisch-libanesischen Küche. Darin zu finden sind unter anderem Gurken, Tomaten und Petersilie, wir ergänzen außerdem noch um rote Zwiebeln, Blattsalat und gegrillte Paprikastreifen. Der köstliche Brotsalat wird klassischerweise mit Fladenbrotstücken serviert, wir haben uns diesmal allerdings für Pitabrot entschieden – denn das ist ein bisschen knuspriger ...

- 2 Paprika
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pck. Pitabrot ¹
- 1 große Gurke
- 4 Tomaten
- 2 Pck. Romanasalat
- 10g Petersilie
- 1 Becher Joghurt ²
- 150g Violife Greek White
- 1 Pck. getrocknete Minze

- 2TL Honig
- Zucker
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Grillpfanne
- kleiner Topf
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Energie 852kcal, Fett 43.4g,
Kohlenhydrate 93.9g, Eiweiß 21.5g



1. Paprika braten

4. Salat vermengen

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**



2. Zwiebeln einlegen



5. Sauce pürrieren

3. Brot backen



6. Minzöl zubereiten

3EL Olivenöl in einem kleinen Topf mittelhoch erhitzen. Das Öl vom Herd nehmen, sobald es heiß ist und schimmert. Sofort die **½ der getrockneten Minze** sowie je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer unterrühren. Den **Salat** und die **Pitastücke** auf Schalen oder Teller verteilen, mit der **Sauce**, der **restlichen Petersilie** und etwas **Minzöl** beträufeln und servieren.