

Tomatensalat mit Granatapfelkernen und Minze

VORBEREITEN

30
Min.

ZUBEREITEN

3
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für den Salat

400 g rote Tomaten
300 g gelbe Tomaten
300 g grüne Tomaten
1 rote Zwiebel
1/2 Granatapfel
100 g Cashewkerne
1/2 Bund Minze

Für die Vinaigrette

3 Esslöffel Olivenöl
1/2 Limette
3 Esslöffel Granatapfelsirup
2 Esslöffel Himbeeressig
1 Prise(n) Zimt
Salz, Pfeffer

Die bunte Vielfalt der Tomaten ist immer wieder ein Genuss. In diesem Rezept vereinen sich große, kleine, rote, grüne und gelbe Tomaten zu einem fruchtigen Tomatensalat. Funkelnde Granatapfelkerne, knackige Cashewkerne, pikante Zwiebel und frische Minze mischen den Teller ordentlich auf, während die fruchtige Vinaigrette alles harmonisch vereint.

- 1 -

Für den Tomatensalat Tomaten waschen, Strunk entfernen und in Scheiben schneiden.

- 2 -

Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Granatapfelkerne aus der Schale lösen. Minze waschen und fein hacken. Cashewkerne in einer heißen Pfanne ca. 2-3 Minuten anrösten.

- 3 -

Für das Dressing Limette auspressen und Saft mit Olivenöl, Granatapfelsirup, Himbeeressig und Zimt in einer kleinen Schüssel verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 4 -

Bunte Tomatenscheiben und Zwiebeln abwechselnd auf einem Teller schichten. Granatapfelkerne, Cashewkerne und Minze über den Salat streuen. Dressing darüber gießen und servieren.