2C Vegetarian

Bohnensalat mit Frühlingszwiebel

Zubereitungszeit
30 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die grünen Bohnen 15-20 Minuten bissfest kochen oder dämpfen. Abgießen und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit das Dressing herstellen, indem Olivenöl mit Weißweinessig und Petersilie vermengt wird. Die grünen Bohnen in Stücke schneiden und mit den Bohnen und der Frühlingszwiebel vermengen. Mit dem Dressing abschließen und nach Belieben noch mit etwas Pfeffer und Salz würzen.

Zutaten

- [ ] 1 Schöpflöffel Bohnen (aus der Dose nach Wahl: z.B. Kidney- oder Borlotti-Bohnen)
- [ ] 200 g grüne Bohnen
- [ ] 2 Stangen Frühlingszwiebel in Ringen
- [ ] 1 EL Olivenöl
- [ ] 1 EL Weißweinessig
- [ ] ½ EL glatte Petersilie, fein gehackt
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**283 kcal**
Kohlenhydrate	**26 g**
Fett	**11 g**
Eiweiß	**12 g**