



Rezepte > Mittagessen

Schopska Salat

Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salatgurken	1 St.
Strauchtomaten	4 St.
Spitzpaprika	2 St.
Zwiebeln, rot	1 St.
Petersilie, frisch	15 g
Minze, frisch	10 g
Zitronen	1 St.
Oliveöl	5 EL
Zucker	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Feta	200 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel

1. Gurke waschen, Enden entfernen, längs vierteln und in Würfel schneiden. Tomaten waschen, Strunk entfernen und würfeln. Paprika waschen, Strunk und Kerngehäuse entfernen und würfeln. Zwiebel halbieren, schälen und in dünne Streifen schneiden. Kräuter waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen.

2. In einer Schüssel 3 EL Zitronensaft, Oliveöl und Zucker verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Fetakäse grob zerbröseln.

3. Gemüse und Kräuter mit dem Dressing mischen und auf Teller verteilen. Fetakäse darübergeben und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	295 kcal
Kohlenhydrate	24 g
Eiweiß	11 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	20 g