

Melanzani-Tomaten-Paprika Salat



Zutaten:

- 1 Melanzani
- 3 Tomaten
- 1 roter Paprika
- 16 Blätter Minze
- Balsamicoessig
- Olivenöl
- Salz



Zubereitung:

Gemüse waschen.

Den Melanzani in Stücke schneiden und gut einsalzen. Nach ca. 15 Minuten das Wasser ausdrücken und den Melanzani in einer beschichteten Pfanne in etwas Öl ca. 5 Minuten anbraten (immer wieder umrühren). In der Zwischenzeit den Paprika in Stücke schneiden und zum Melanzani hinzufügen und weitere 5 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten.

Dann mit etwas Wasser ablöschen und solange dünsten, bis das Gemüse weich (nicht zu weich) ist. Tomaten würfelig schneiden.

Die Gemüsemischung etwas abkühlen lassen und in einer Schüssel mit den Tomatenwürfeln vermengen. Die Minze grob schneiden und untermengen. Mit Olivenöl und Balsamicoessig marinieren.



Tipp:

Dieser Salat passt besonders gut zu Gegrilltem.