Katalanischer Salat

- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 25m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4-5', 'yield' : '' });

Mit frischen, bunten Zutaten, eignet sich auch als Vorspeise oder Beilage zu kaltem Fleisch

Zutaten

- 3 Paprikaschoten, (rot, grün, gelb) in 2 - 3 cm großen Stücken
- 1 große Gemüsezwiebel, grob gewürfelt
- 1/2, klein gewürfelte, rote Chilischote
- 2 Fleischtomaten, entkernt, in 2 - 3 cm großen Stücken
- 1 mittelgroße Aubergine, in 2 - 3 cm großen Stücken
- 1 - 2 Knoblauchzehen, klein gewürfelt
- 1 Dose Artischockenherzen (425 ml) geviertelt
- 2 El Kapern, grob gehackt
- 1 kleines Bund glatte Petersilie, grob gehackt
- Saft 1 Zitrone, etwas Abrieb
- 3 EL Olivenöl
- 3 El weißer Balsamico
- 1 - 2 hart gekochtes Eier in Sechsteln
- Salz, frisch gemahlener Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Der Ansatz.

Schritt2

Die grob geschnittenen Zwiebel mit dem Knoblauch und Chili in Olivenöl glasig anschwitzen und die Auberginen und den Paprika dazu geben, salzen und pfeffern.

Schritt3

Zusammen etwas Farbe nehmen lassen, häufig schwenken und die Platte zurückstellen. Mit dem

Balsamico, Zitronensaft und Abrieb ablöschen und bei mäßiger Hitze ca. 10 min. "bissfest" schmoren lassen.

Schritt4

Danach die Artischocken, Kapern; Petersilie und die Tomaten unterschwenken.

Schritt5

Anrichtevorschlag.

Schritt6

Erkalten lassen, nachschmecken, anrichten und mit Eier - Sechsteln garnieren.

Rezeptart: Salatrezepte

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/katalanischer-salat/