

Israelischer Salat



Zutaten (6-8 Personen):

Für den Salat:

- 4 Tomaten
- 1-2 Salatgurken
- 3-4 gekochte Kartoffeln
- 2 reife Avocado
- 2 rote Paprikaschoten
- 2 Bund Frühlingszwiebeln
- schwarze und grüne Oliven
- 3-4 hartgekochte Eier
- 1 Eisbergsalat
- Salz und Pfeffer

Für das Dressing:

- 1 kl. Dose Tahina (Sesam-Paste)
- 500 g Joghurt
- 3 Knoblauchzehen
- Saft von 2 Zitronen
- 1/2 TL Essig
- 1/2 TL Kreuzkümmel
- 1 Bund gehackte Peterilie
- Salz

Zubereitung:

Tomaten, Gurken, Kartoffeln, Avocado würfeln. Zwiebeln grob würfeln, die grünen Zwiebschläuche in Ringe schneiden, Paprika in Streifenschnitten, Eier hacken, Oliven ganz verwenden. Alle Zutaten mischen. Mit Salz, Pfeffer und ein wenig Zitronensaft würzen und abschmecken.

Tahina in ein Gefäß geben. Knoblauch hineinpressen und Essig unterrühren. Abwechselnd Zitronensaft und Joghurt zugeben bis eine cremige Konsistenz erreicht wird. Abschließend Kreuzkümmel und Petersilie zufügen und mit Salz abschmecken. Portionsweise mit 1-2 Blättern Eisbergsalat anrichten, Dressing angießen und mit etwas Petersilie garniert servieren. Dazu passt Fladenbrot.

Quelle:

Nach einem Rezept auf <http://kochbuch.unix-ag.uni-kl.de>