

Bohnensalat mit geräucherter Makrele

Zutaten:

für 4 Personen

100g rote Bohnen
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 Esslöffel Essig
2 Esslöffel Öl
Salz
Pfeffer
Thymian
4 Blätter Lollo Rosso
300 Makrelenfilets

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Bohnen abseihen. Zwiebel in Ringe schneiden. Knoblauchzehe fein hacken. Aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Thymian und dem Knoblauch eine Marinade rühren, Bohnen und Zwiebel untermengen.

Lollo Rosso waschen, zerpfücken. Makrelenfilets in mundgerechte Stücke teilen. Salat unter die Bohnen heben, anrichten und mit den Fischstückchen belegen.