

Kichererbsen Salat

Der Kichererbsen Salat schmeckt hervorragend zu viele Fleisch Gerichte wie zum Beispiel zu Gegrilltem. Ein schmackhaftes Rezept für heiße Sommertage.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

400 g	Kichererbsen (aus der Dose)
2 EL	natives Olivenöl extra
	Salz
	Pfeffer (aus der Mühle)
1 TL	Kreuzkümmel (gemahlen)
500 g	Cherrytomaten
1 Stk.	Zwiebel (klein)
1 Handvoll	Blattpetersilie (fein gehackt)
1 EL	Zitronensaft
2 EL	natives Olivenöl extra

Zubereitung

1. Für den **Kichererbsen Salat** das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die abgewaschenen und abgetrockneten Kichererbsen hinzugeben in der Pfanne verteilen und ohne umzurühren, bei mittlerer Hitze rösten bis sie leicht Farbe annehmen. Danach umrühren und mit Salz und gemahlenen Pfeffer würzen, noch weitere 2 Minuten rösten. Vorsicht bei zu großer Hitze platzen die Kichererbsen. Die Pfanne von der Hitze nehmen und mit Kreuzkümmel würzen.
2. Die halbierten Tomaten klein zerhackte Zwiebel und gehackte Petersilie in eine Salatschüssel geben. Das Olivenöl und frisch gepressten Zitronensaft darüber verteilen und umrühren. Die Kichererbsen hinzugeben und vermischen. Je nach Belieben noch mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp

In luftdicht verschlossene Behälter lässt sich der Salat noch gut 1-2 Tage im Kühlschrank aufbewahren.