

Mexikanischer Tomatensalat mit Chili

Zutaten für 2 Portionen

Für den Salat

- 600 g fleischige Tomaten - waschen, vierteln, Strunk entfernen und in kleine Würfel schneiden
- 1 grüne Chilischote - waschen, halbieren, entkernen und in dünnen Streifen schneiden (wer die Schärfe mag, kann einige der Kerne mit verwenden)

Weitere Zutaten und Gewürze

- 1/2 Bund Basilikum - waschen, trocknen, Blätter abzupfen und fein hacken

Für das Dressing

- 1 Limette - auspressen
- 3 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe - pressen
- Kristallsalz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 15 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 1 Minute

Die Dressingzutaten in eine Salatschüssel geben und kräftig miteinander verrühren.

Tomatenwürfel, Chilistreifen und Basilikum dazugeben und mit dem Dressing vermengen.

Nochmals abschmecken und servieren.

Nährwerte pro Portion

Kalorien: 192 kcal, Kohlenhydrate: 11 g, Eiweiss: 4 g, Fett: 14 g



Link zum Rezept

<https://zdg.de/mexikanischer-tomatensalat.html>