

Mexikanischer Reissalat

Für 4 Personen

Zutaten:

Salat :

1 Beutel (120 g) Langkornreis, paraboiled
1 große rote Zwiebel
1 Dose Mais
1 Dose rote Bohnen
250 g Fleischwurst

Salatmarinade :

7 EL Olivenöl
4 EL Rotweinessig
2 EL Tomatenketchup
etwas Knoblauch gedrückt
Salz
Pfeffer
Chilipulver

Vorbereitung ca. 20 Minuten, Kochzeit 18 Minuten

Reis im Kochbeutel nach Packungsanweisung kochen, abkühlen lassen. Olivenöl, Essig, Tomatenketchup, Salz, Pfeffer, Chilipulver und Knoblauch in eine Schüssel geben und zu einer Marinade verrühren.

Mais in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abspülen, ebenso die Bohnen. Mais und Bohnen zur Salatmarinade geben. Die Zwiebel fein schneiden hinzufügen.

Die Fleischwurst häuten und vierteln und in dünne Scheiben schneiden mit der Zwiebel zur Marinade geben. Gut durchziehen lassen.

Vor dem Servieren fein gehackte Petersilie zugeben.

Schmeckt auch ohne Fleischwurst.