

Traditioneller Käferbohnsensalat



- ½ kg gekochte oder ¼ kg getrocknete Käferbohnen
- 1 Zwiebel
- Apfelessig
- Kürbiskernöl
- Salz, Pfeffer

1. Für dieses **Rezept** die gekochten Käferbohnen in eine Schüssel geben und mit fein gehackter Zwiebel bestreuen.
2. Die Käferbohnen mit Essig und Kürbiskernöl abmachen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Verwendung getrockneter Bohnen

1. Die getrockneten **Käferbohnen** am Vortag in lauwarmen Wasser einweichen.
2. Am nächsten Tag die Bohnen in dem eingeweichten Wasser aufstellen und weichkochen (ca. 1 ½ Stunden). Bohnenkraut und etwas Zucker zugeben. Nach der Hälfte der Kochzeit dann das Salz.
3. Die Käferbohnen abseihen und fortfahren wie oben. Dabei das Bohnenwasser auffangen um daraus eine tolle Käferbohnsuppe zu machen.

Hilfreiche Tipps zum Käferbohnen Kochen findest du hier.

Tipp aus der Küche

- Wer sich die Mühe macht und die **Käferbohnen halbiert**, bekommt einen extra Bonus an Geschmack. Während die ganzen Käferbohnen durch die Haut nur vom Dressing umgeben sind, nehmen die halbierten Käferbohnen das Dressing in sich auf und schmecken noch intensiver!
- Statt dem Zwiebel frisch geriebenen Kren oder **Rettich** über den **Käferbohnsalat** streuen!
- Den Käferbohnsalat mit **buntem Gemüse** aus dem Garten aufpeppen!