

Kichererbsensalat mit Gurke und Tomate

120 g	Kichererbsen
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehe
3	Tomaten
1	Salatgurke
100 g	Feta
	Petersilie
2 El	Sonnenblumenöl
3 El	Balsamicoessig
½	Zitrone gepresst
1 El	Honig
	Salz, Pfeffer

Trockene Kichererbsen über Nacht bzw. min. 6 Stunden mit 250 ml Wasser einweichen und quellen lassen. Kichererbsen abgießen und im Topf 30 Minuten oder im Schnellkochtopf 15 Minuten garen. Danach Kochwasser abgießen.

Marinade aus Balsamicoessig, etwas Zitronensaft und Honig verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gurke und Tomaten in Würfel schneiden.

Den Feta würfeln, die Petersilie fein wiegen und mit dem gewürfelten Gemüse unter die Marinade heben.

Gerne den Kichererbsensalat ein paar Stunden vor dem Verzehr zubereiten, dann entwickelt sich der Geschmack noch intensiver.