

ERDNUSS-SALAT

Erdnuss-, Tomaten- und Zwiebelsalat

Für 2 – 4 Personen



Zutaten:

500 g	Tomaten
200 g	Zwiebeln
100 g	Erdnusskerne
3 TL	schwarzer Pfeffer
4 EL	Erdnussöl
3 EL	Erdnussbutter
	Salz

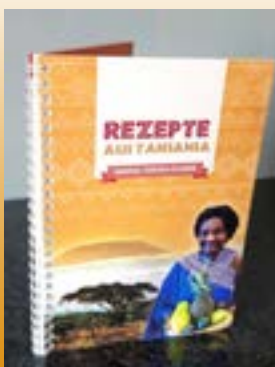
Zubereitung:

1. Die Erdnusskerne mit etwas Salz in der Pfanne rösten (oder geröstete Erdnusskerne verwenden).
2. Die Zwiebeln schälen, Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden.
3. Zwiebeln in der Pfanne mit Öl und Erdnussbutter 5 Minuten anbraten.
4. Anschließend die Pfanne vom Herd nehmen, Erdnusskerne und Tomaten dazumischen und salzen. Sie können auch etwas schwarzen Pfeffer dazugeben. Je nach Geschmack.

Tipp: Der Salat kann auch als Beilage zum Fleisch serviert werden. Dazu passt auch ein Glas Prosecco.



[mission-einewelt.de/
festderweltweitenkirche-2020/](https://mission-einewelt.de/festderweltweitenkirche-2020/)



Lust auf mehr tansanische Rezepte?

Kochbuch
Rezepte aus Tansania
Martha Lyayuka-Fluhrer

19,50 € zzgl. Porto

Erhältlich im
Kilimanjaro Café & Restaurant
82024 Taufkirchen
www.kilimanjaro.cafe