

## Griechischer Bauernsalat

Zutaten für 4 Personen:

**1 Salatgurke, 500g Tomaten, 3 Stangen Frühlingszwiebeln,  
2 Paprikaschoten, Salz, Pfeffer frisch gemahlen 5 Esslöffel griechisches  
Olivenöl (Testsieger Öl 2005, gibt's bei uns), 3-4 Esslöffel Wein oder Balsamicoessig, 125g  
in Olivenöl eingelegter Schafskäse ( gibt's auch bei uns),  
2 hartgekochte Eier, 50g schwarze Oliven, 1 Teelöffel getrockneten Oregano.**

### Zubereitung:

Die Salatgurke schälen, halbieren. Das Kerngehäuse entfernen und in kleine Stücke schneiden. Die Tomaten in Achteln oder in Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebeln in Ringe und die Paprika in Streifen schneiden. Alle Zutaten in einer großen Schüssel vermischen. Aus Salz, Pfeffer, dem Olivenöl und Essig eine Marinade rühren und unter den Salat mischen. Die Eier achteln und mit dem Schafskäse auf dem Salat verteilen, mit Oregano bestreuen.

## Bruschetta mit Tomaten

Zutaten für 4 Personen:

4 reife Tomaten

2 Knoblauchzehen

10 Blätter Basilikum (man kann auch Petersilie nehmen)

Salz und frisch gemahlener Pfeffer ½ Teelöffel Zucker

**8 EL Olivenöl** (Olerario san Giorgio aus Kalabrien, oder das Villa Magra von Frantoio Franci aus der Toskana

**Wichtig:** Sie müssen unbedingt ein erstklassisches Olivenöl nehmen

4 Scheiben toskanisches Weißbrot (oder 8 Scheiben Baguette) Kann schon 1 Tag alt sein

### Zubereitung:

1. Die Tomaten überbrühen, häuten, entkernen und fein würfeln. Ringe schneiden. Die Kräuterblättchen abzupfen und fein hacken.,( Wenn man keine wässrigen Tomaten hat ,kann man sich das entkernen sparen)
2. Das Brot in 1 cm dicke Scheiben schneiden, in der Pfanne **ohne Öl** rösten, bis das Brot leicht Farbe hat
3. Das Brot aus der Pfanne nehmen. 2 Esslöffel Olivenöl in die Pfanne geben und die Knoblauchzehen mit der Knoblauchpresse reindrücken. Nach einer halben Minute die Tomaten in die Pfanne geben, alles nur 15 Sekunden durchrühren mit Salz ,Pfeffer und Zucker abschmecken. Basilikum dazugeben.
4. Diese Mischung auf die getoasteten Brotscheiben geben, und mit reichlich Olivenöl übergießen, und warm servieren

## Panzanella, Tomaten Brotsalat

Zutaten für 4 Personen:

8 Scheiben Weisbrot vom Vortag, ca. 250g 3 abgezogene Knoblauchzehen, Meersalz, 1 Teelöffel Senf, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 5 EL sehr guten Balsamico Essig( gibt's bei uns), 100ml Tomatensaft, 5 EL Mineralwasser, 10 EL Olivenöl von Renzo Masi (gibt's bei uns), 100g geschälte, halbierte in Scheiben geschnittene Salatgurke, 1 fein geschnittene rote Zwiebel, 4 abgezogene, entkernte, in grobe Stücke geschnittene Tomaten, 16 geschälte Garnelen, Saft einer halben Zitrone, ½ Teelöffel Thymianblätter, 1 Teelöffel gehackte Petersilie. Basilikumblätter als Garnitur.

### Zubereitung:

Weisbrot in der Pfanne ohne Öl rösten, bis es ein wenig braun ist, mit einer geschälten Knoblauchzehe abreiben und zwischen zwei feuchten Tüchern im Kühlschrank aufbewahren.

Für die Vinaigrette 2 Knoblauchzehen durch die Presse drücken. Mit Meersalz verrühren.

Senf und Pfeffer dazugeben. Balsamico-Essig, Tomatensaft und Mineralwasser einrühren.

Mit 8 EL Mineralwasser aufschlagen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.. Salatgurke, rote Zwiebel und Tomaten mit der Vinaigrette mischen.

Garnelen salzen und pfeffern. In 2 EL Olivenöl 30 Sekunden von jeder Seite anbraten.

Mit Thymian, Zitronensaft und der gehackten Petersilie würzen.

Brot in 2x2 Zentimeter Würfel schneiden und zu den Tomaten geben. Alles gut durchmischen und auf Teller anrichten. Gambas anlegen und mit Basilikumblätter garnieren.

**Eine Delikatesse, die sich von spricht! Guten Appetit**