



ZUBEREITUNG

Fladenbrot in 2 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne 4 EL Olivenöl erhitzen und darin rundherum die Brotwürfel goldbraun anrösten. Danach auf einem Küchenpapier abkühlen lassen.

Die Tomaten achteln und dabei den Strunk entfernen. Feta grob zerbröckeln. Oreganoblättchen von den Stielen zupfen und grob hacken. Die Zitrone mit dem Sparschäler schälen und die Schalen in sehr feine Streifen von etwa 2 cm Länge schneiden. Danach die Zitronen halbieren und auspressen.

Tomatenstücke, Oregano, Zitronenstreifen und die Hälfte des Zitronensafts sowie 3 EL Olivenöl in eine Schüssel geben, vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nochmals mit dem restlichen Zitronensaft abschmecken und servieren.

TIPP

Den Salat kann man auch als Salattasche zum Picknick oder für die Mittagspause zubereiten. Dafür das Fladenbrot nicht in Würfel schneiden, sondern nochmals halbieren (also in ein Viertel vom Fladenbrot). Das Fladenbrotviertel, wenn nötig in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett nochmals knusprig anrösten und dann aufschneiden. Es sollte am Rand noch zusammenhängen und sich wie eine Tasche öffnen lassen. Den Salat weiter nach Rezept zubereiten und damit die Brottasche füllen.

ZUTATEN

- ½ Fladenbrot
- 4 große Strauchtomaten
- 150 g Feta
- ½ Bund Oregano
- 1 Bio-Zitrone
- 3 EL + 4 EL Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

UTENSILIEN

Schneidebrett, Messer, mittelgroße Pfanne, Sparschäler, Zitruspresse