



Vegane Thymian-Griller zu buntem Tomaten-Brot Salat

Zubereitung

1. Brot in Scheiben schneiden. Mit 1 EL Olivenöl bestreichen und in einer Grillpfanne rösten. Brot abkühlen lassen und in grobe Stücke schneiden.
2. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Griller darin rundherum 5 Minuten goldbraun braten. Thymian in den letzten Minuten der Bratzeit zugeben und die Griller damit zusätzlich aromatisieren.
3. Währenddessen Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Himbeer-Essig und 4 EL Olivenöl verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Tomaten waschen, Stielansatz entfernen und die Tomaten in Scheiben bzw. Viertel schneiden. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden.
4. Vorbereitete Salatzutaten und Brot miteinander vermengen und anrichten. Basilikumblättchen von den Stielen zupfen und über den Salat streuen. Tomatensalat und Thymian-Griller anrichten.

Zubereitungszeit

ca. 30 Minuten

Zutaten

Für 4 Personen

- 60 g Ciabatta oder Baguette
- 5 EL Olivenöl
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 2 Packungen Vegane Mühlen Griller
- 3-4 Zweige frischer Thymian
- 2 EL Pinienkerne
- 4 EL Himbeer-Essig
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 1 kg Tomaten (nach Belieben unterschiedliche Sorten wie z.B. Fleischtomaten, grüne Tomaten, Cherrytomaten etc.)
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Bund Basilikum

Nährwerte pro Portion

Brennwert: 1.135 kJ | 270 kcal

Eiweiß: 23 g

Fett: 27 g

Kohlenhydrate: 23 g