



# EUROPA UND ICH



## Mein Rezept heißt

*Bauernsalat mit Feta*



Land, aus dem mein Rezept stammt

*Griechenland*



Portionsmenge (z. B. 4 Portionen)

*4 Portionen*



Zutaten

*Für den Salat: 1 Paprika, rot; 5 Tomaten, mittelgroß; 1 Salatgurke, klein; Zwiebel, rot;*

*8 Oliven, schwarz; 220 g Käse in Salzlake, am besten Feta; 1/2 TL Oregano, getrocknet*

*Für das Dressing: Salz & Pfeffer; 4 TL Olivenöl; 3 EL Weinessig*



[esf.rlp.de/europa-und-ich](https://esf.rlp.de/europa-und-ich)



Finanziert von der  
Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,  
SOZIALES, TRANSFORMATION  
UND DIGITALISIERUNG



# EUROPA UND ICH



## Arbeitsschritte

1. Die Paprika in der Mitte durchschneiden, Kerne entfernen, waschen und in Streifen schneiden.
2. Die Tomaten waschen, vierteln und dabei den Strunk entfernen. Die Salatgurke waschen, nach Belieben schälen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Die geschnittenen Zutaten in einer großen Schüssel locker mischen.
3. Essig und Öl miteinander in einem kleinen Gefäß verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Oregano auf den Salat streuen und die Sauce darüber geben. Salat vorsichtig mischen.
4. Den Schafskäse in Würfelchen schneiden und zusammen mit den Oliven über den Salat geben.



[esf.rlp.de/europa-und-ich](https://esf.rlp.de/europa-und-ich)



Finanziert von der  
Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,  
SOZIALES, TRANSFORMATION  
UND DIGITALISIERUNG