



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Maissalat

Mısır Salatası



1 Dose Thunfisch (160 g)
1 Glas Maiskörner
1 kleine Zwiebel
1 Lauchzwiebel
1 rote Paprika
½ KL geschrotete Paprika
½ KL Salz

- # Mais im Schnellkochtopf kochen (nach dem Sieden 25 Minuten lang).
- # Zwiebel in halbe Scheiben zuschneiden, mit einem ½ KL Salz einreiben.
- # Von der Lauchzwiebel nur den grünen Teil fein zuschneiden.
- # Rote Paprika klein würfeln.
- # Gekochter Mais, gewürfelte Paprika, Zwiebel und Lauchzwiebel in ein Gefäß geben. Dazu Thunfisch und geschrotete Paprika geben.
- # Alle Zutaten vorsichtig vermischen (das Thunfischöl reicht für den Salat aus).
- # In ein Servierteller füllen und servieren.

Tipp: Damit man Zeit spart kann man 250 g Mais aus der Konserve nehmen. Außerdem schmeckt der Salat mit Konservenmais besser.