

Reissalat

Zutaten:

300 g	<i>Wild-Langkornreismischung</i>
205 g	<i>Kirschtomaten</i>
100 g	<i>schwarze Oliven</i>
200 g	<i>Artischockenherzen</i>
150 g	<i>weiße Bohnen, vorgekocht</i>
1 Bund	<i>Basilikum</i>
	<i>Olivenöl, weißer Balsamico</i>
	<i>Salz, Pfeffer aus der Mühle</i>



Zubereitung:

- Den Reis in reichlich Salzwasser kochen.
- In der Zwischenzeit die Tomaten halbieren auf einem Blech geben, würzen, mit ein wenig Olivenöl beträufeln und für 20 min bei 200°C in den Ofen schieben.
- Den fertig gekochten Reis abschütten und beiseite stellen.
- Oliven halbieren, Artischockenherzen vierteln, Basilikum in Steifen schneiden.
- Nun alle Zutaten miteinander vermengen und würzen.
- Den fertigen Salat in Schüsseln anrichten und mit Basilikum garnieren.