

# Vollkorn-Brotsalat mit Gemüse

## Rezept





## Zubereitung:

- Vollkornbrot in Scheiben schneiden.
- Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brotscheiben knusprig rösten.
- Frühlingszwiebeln in feine Scheiben schneiden.
- Knoblauch putzen, schälen und fein würfeln.
- Cocktailtomaten waschen und halbieren.
- Zucchini und Paprika waschen und schneiden.
- Zucchini, Frühlingszwiebeln und Paprika in einer beschichteten Pfanne anrösten.
- Geröstetes Gemüse, Brot, Tomaten, Erbsen, Mozzarella-Bällchen und Knoblauch in eine große Schüssel geben.
- Basilikum und Petersilie dazugeben.
- Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Salat mit Olivenöl und Apfelessig marinieren und gut unterrühren.
- Anschließend den Salat für mindestens eine Stunde an einem kühlen Ort durchziehen lassen.
- Zum Schluss mit Parmesan garnieren.

## Zutaten:

(für 6 Portionen)

- 300 g Vollkornbrot
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zucchini
- 2 Paprika
- 400 g Cocktailtomaten
- 250 g Mini-Mozzarella
- 2 Frühlingszwiebeln
- 250 g Erbsen (Dose)
- 8 EL Olivenöl
- 5-6 EL Apfelessig
- Salz und Pfeffer
- einige Blätter Basilikum
- ¼ Bund Petersilie
- 40 g Parmesan