



Mehr Rezepte auf  
[www.lifechannel.ch/kochtipp](http://www.lifechannel.ch/kochtipp)  
Foto © 123rf

## Vorspeise

# Mexikanischer Salat

## Zutaten

Für 6 bis 8 Personen

200 g rote oder weisse Bohnen  
50 g Mais  
1 Stk. Zwiebel  
1 Stk. Avocado  
1 Stk. Gurke  
1 Stk. gelbe Peperoni  
100 g Cherrytomaten  
1 dl Kräuternessig  
1 dl Olivenöl  
wenig frischer Basilikum  
wenig frischer Koriander  
wenig Kräutersalz  
wenig Salz und Pfeffer

## Zubereitung

1. Rote oder weisse Bohnen und Mais aus der Dose schütten und abspülen.
2. Cherrytomaten halbieren und das andere Gemüse waschen und in kleine Würfel schneiden.
3. Frische Kräuter hacken und zusammen mit Essig, Öl und allen anderen Zutaten vorsichtig mischen.
4. Nach Belieben abschmecken und servieren.