



# Ottolenghis erfrischender Gurkensalat

★★★★★

Auch ohne Tomaten ein toller Salat: Ottolenghis erfrischender Gurkensalat ist einfach zu machen und lecker!

**Gericht** Salat, Vegan, vegetarisch

**Land & Region** International

**Vorbereitungszeit** 30 Minuten

**Zubereitungszeit** 30 Minuten

**Arbeitszeit** 1 Stunde

**Portionen** 4 Personen

**Kalorien** 112kcal

**Autor** So nach Gefühl

## Zutaten

- 2 Salatgurken möglichst schlank
- 1 Bund Radieschen
- 1 kleine rote Zwiebel
- 1 ¼ TL Sumach
- 1 TL Sherryessig
- 1 TL Weißweinessig
- 1 TL Granatapfelmelasse (Nar Ekşisi) optional
- 1 TL Koriandersamen
- 1 Biozitrone
- 1 Zehe Knoblauch frisch oder confiert
- 3 Zweige frische Minze
- 3 Zweige Dill
- 3 Zweige glatte Petersilie
- 2 EL Olivenöl
- schwarzer Pfeffer (ganz) frisch gemahlen
- Salz so nach Gefühl

## Anleitungen

1. Die Zwiebel pellen, halbieren und in feine Halbringe schneiden. Dazu den Keimling und den Zwiebelboden entfernen. Dann ein sehr scharfes Messer nehmen, die Zwiebelhälfte auf die Schnittfläche legen.
2. Mit dem Messer parallel zum Schneidbrett beginnen und entlang der feinen Linien der Zwiebel dünne Ringe zur Mitte hin abzuschneiden. Dabei wandert das Messer immer mehr in die Senkrechte, bis ihr etwa die Mitte der Zwiebel erreicht.
3. Dann wird der Schnittwinkel schwierig. Also klappt ihr die verbliebene Zwiebel nach unten und beginnt mit dem Messer wieder parallel zum Schneidebrett.
4. Die Zwiebeln in einer kleinen Schüssel mit dem Essig, dem Sumach und ¼ TL Salz vermengen und abgedeckt beiseite stellen. Ab und zu durchschütteln, bis die Zwiebeln weich sind.

5. Die Koriandersamen in einer beschichteten, heißen Pfanne ohne Öl kurz anrösten bis sie knacken. In einem Mörser (\*) abkühlen lassen und dann fein mörsern.
6. Die Gurken längs halbieren und vierteln. Mit einem Esslöffel die Kerne herauskratzen und entsorgen. Ottolenghi zerbricht in seinem Rezept die Gurken, doch ich schneide sie, leicht schräg, in ca. 15-20 mm dicke Stücke.
7. Die Stücke in einer Schüssel mit ca. ½ TL Salz vermengen und etwa 20 Minuten Wasser ziehen lassen. Öfter mal durchrühren und das Gurkenwasser am Ende entsorgen.
8. Die Radieschen auf einem Gemüsehobel (\*) in feine Scheiben schneiden und zu den Gurken geben.
9. Die Kräuter grob hacken und ebenfalls zum Gurkensalat geben. Die Hälfte des gemahlenden Korianders darüber streuen.
10. Die Zitrone heiß abwaschen und mit einem Zestenreißer (\*) ca. 1 TL Zitronenzesten über den Salat geben.
11. Für das Dressing im Mörser die frische oder confierte Knoblauchzehe zusammen mit ½ TL Salz zu einem Brei mörsern.
12. Die Zitrone auspressen (ca. 2 EL), den Saft mit dem Knoblauchbrei verrühren und dann das Olivenöl einarbeiten.
13. Das Dressing unter den Gurkensalat heben und die eingeweichten Sumach-Zwiebeln dazu geben.
14. Alles mit frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer und ggf. mit Granatapfelmelasse für etwas Süße abschmecken.
15. Auf einem großen Teller oder einer Platte ausbreiten, den restlichen gemahlenden Koriander darüber geben und servieren.

## Notizen

Die Kalorienangaben stammen von <https://fddb.info>. Angaben ohne Gewähr.

## Nutrition

Calories: 112kcal