

# Cowpea Salat

## Augenbohnenalat

für 4 Personen

### Salat

300 g Augenbohnen  
1-2 Granatäpfel  
1 Sellerie  
2-3 Rote Zwiebeln  
¼ Packung Mandeln  
Zitronensaft  
Olivenöl  
Salz und Pfeffer

### Garnitur:

Granatapfelkerne

### Zubereitungszeit:

50 Minuten

Serves 4 people

### Salad:

300 g cowpeas  
1-2 pomegranates  
1 celery  
2-3 red onions  
¼ pack almonds  
Lemon juice  
Olive oil  
Salt and pepper

### Garnish:

Pomegranate seeds

### Time of preparation:

50 minutes

*Trockene Augenbohnen* über Nacht einweichen (alternativ: Augenbohnen aus Konserven müssen nicht eingeweicht werden) und danach ca. 40 Minuten lang kochen.

Die gekochten Augenbohnen zusammen mit Sellerie, Zwiebeln und Mandeln anbraten. Anschließend den Salat mit etwas Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer nach Belieben anmachen.

### Cowpea Salad.

Soak the dried cowpeas overnight (alternatively: tinned cowpeas do not require soaking) and then cook for 40 minutes.

Fry the cooked cowpeas together with the celery, onions and almonds. Finally, season the salad with some lemon juice, olive oil, salt and pepper, to taste.

»Eine richtige Granate unter den Salaten!«

»A real standout salad!«

[www.interplan.de](http://www.interplan.de)



Dieses Lieblingsrezept wurde zur Verfügung gestellt von:

INTERPLAN  
Congress, Meeting & Event  
Management AG

