



Salat aus Tomaten, Gurken und Brot

Zutaten für 2 Personen: 4 Tomaten, 1 Salatgurke, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Salz,
 ½ frische große Chilischote, 4 Scheiben Ciabatta (am besten vom Vortag), 2 EL Rotweinessig,
 schwarzer Pfeffer, 3 EL Olivenöl und etwas mehr, 2 Zweige Basilikum

Salate sind in den vergangenen Jahren wie Neuwagen immer opulenter geworden. Ein Auto muss, um normal zu sein, 1,8 Tonnen wiegen, und für einen Salat braucht man drei verschiedene Töpfe, muss rote Zwiebeln selbst einlegen und ein Ei pochieren. Dieser kleine Tomatensalat aus der Toskana ist dagegen ein klappriges Fahrrad, schlank und schön fährt es an den SUVs vorbei, die im Stau stehen. Man kauft ein paar Tomaten, jetzt im Juli und August schmecken sie am besten, in kurzer Zeit steht das Essen auf dem Tisch, frisch und so köstlich, dass nichts dagegen spricht, es einfach am nächsten Tag noch mal zuzubereiten. Gut, niemand wird beeindruckt sein, und das Buch, aus dem das Rezept stammt, Titel: *River Cafe*, liegt fortan wie eine stumme Mahnung auf dem Sofatisch, denn es umfasst noch 899 weitere Rezepte des legendären Londoner Restaurants, die man aus Faulheit eher nicht nachkochen wird.

Die Haut der Tomaten mit dem Messer einschneiden, zehn Sekunden in kochendes Wasser legen. Danach etwas abkühlen lassen und häuten. Die Tomaten würfeln. Die Gurke schälen und halbieren, Kerne entfernen, Gurkenhälften in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und mit Salz und der Chilischote (die Kerne können Sie vorher je nach Geschmack entfernen) im Mörser zerdrücken. Die Tomaten- und Gurkenwürfel mit der Knoblauchpaste vermengen.

Brotscheiben mit etwas Wasser durchfeuchten, bis sie weich sind. Das Wasser herausdrücken. Brotscheiben mit Essig beträufeln und zehn Minuten lang stehen lassen. Dann in kleine Stücke schneiden und zur Tomatenmischung geben. Schwarzen Pfeffer und 3 EL Olivenöl hinzufügen. Zum Schluss das Basilikum unterrühren. Zum Servieren gibt man noch mal etwas Olivenöl darüber.