



Gemüsesalat mit Ziegenfrischkäse

und cremigem Basilikumdressing



ca. 35min



2 Personen

Dieser herbstlich-farbenfrohe Gemüsesalat ist nicht nur ein echter Gaumenschmaus, sondern auch ein richtiger Hingucker: Pastinake, Karotte und hübsche Rote Bete passen farblich einfach hervorragend zum frischen Feldsalat, und geschmacklich ergänzen sie sich wunderbar mit knusprigen Croûtons aus Vollkornpitabrot und einem cremigen Dressing aus Knoblauch, Tomate, Basilikum - und feinstem Ziegenfrischkäse! Herrlich!

- 1 große Pastinake
- 1 Karotte
- 1 Rote Bete
- 1 Tomate
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Pck. Vollkornpitabrot ¹
- 10g Basilikum
- 125g Ziegenfrischkäse ²
- 50g Feldsalat

- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 725kcal, Fett 34.6g,
Kohlenhydrate 71.7g, Eiweiß 23.3g



1. Gemüse schneiden



4. Dressing zubereiten

4. Dressing zubereiten

2. Gemüse backen

2. Gemüse backen



5. Croûtons rösten

5. Croûtons rösten



3. Pitabrote schneiden

3. Pitabrote schneiden



6. Garnieren und servieren

6. Garnieren und servieren

Die **Croûtons** auf dem **Gemüse** und dem **Feldsalat** verteilen. Den **Gemüsesalat** mit dem **Dressing** beträufeln und mit dem **restlichen Ziegenfrischkäse** garniert servieren.