



Gemüsesalat mit Ziegenfrischkäse

und cremigem Basilikumdressing



ca. 35min



3-4 Personen

Dieser farbenfrohe Gemüsesalat ist nicht nur ein echter Gaumenschmaus, sondern auch ein richtiger Hingucker: Bunte Karotten 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!

- 4 gelbe Karotten
- 2 Karotten
- 2 Rote Beten
- 2 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Vollkornpitabrot ¹
- 20g Basilikum
- 2 Packungen Ziegenfrischkäse ⁷
- 100g Feldsalat

- 2TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 663kcal, Fett 35.3g,
Kohlenhydrate 58.2g, Eiweiß 21.3g



1. Gemüse schneiden



Die **Tomaten** und den **Knoblauch** aus dem Ofen nehmen, den **Knoblauch** vorsichtig schälen. Das **Basilikum samt Stängeln** grob schneiden. **3/4 des Ziegenfrischkäses** in ein hohes Gefäß geben, den **Knoblauch**, die **Tomatenhälften**, das **Basilikum**, 2TL Honig, 2TL hellen Essig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer hinzufügen und mit einem Stabmixer zu einem cremigen **Dressing** pürieren.



Die **Tomatenhälften** mit der Schnittseite nach oben auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen, das **übrige Gemüse** und den **ungeschälten Knoblauch** daneben verteilen. Das **Gemüse** auf jedem Blech mit 2EL Olivenöl beträufeln und mit ½TL Salz sowie 1 Prise Pfeffer würzen, dann 20-25Min. im Ofen goldbraun backen. Nach der Hälfte der Garzeit die Position der Bleche tauschen.



Das **Wurzelgemüse** aus dem Ofen nehmen und neben dem **Feldsalat** auf Tellern anrichten. Die **Pitabrotstücke** auf dem Backblech verteilen, mit 1EL Olivenöl vermengen und in 3-5Min. zu knusprigen **Croûtons** backen.



Die **Pitabrote** in 2-3cm große Stücke schneiden.



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