



BBQ-Special: Feta & Kirschtomaten

auf gegrilltem Salat mit Tahinidressing



ca. 35min



3-4 Personen

Salat kann fad und langweilig sein, muss er aber nicht! Wie wär's, wenn du ihn auf den Grill wirfst und so ordentlich Röstaromen ins Spiel bringst? Keine Sorge, wenn auf deinem Balkon kein Platz ist, eine Grillpfanne tut es auch. Noch ein paar Oliven, würzigen Feta und geröstete Kirschtomaten dazu und schon kann die Party starten. Halt, das knusprige Knoblauchbrot und süße Sonnenblumenkerne fehlen noch. Langweilig war gestern!

- 2 Knoblauchzehen
- 20g Schnittlauch & Dill
- 1 unbehandelte Zitrone
- 50g Tahini ¹¹
- 50g Sonnenblumenkerne
- 4 Ciabattabrötchen ^{1,6,7}
- 200g Feta ⁷

- 500g Kirschtomaten
- 2 Päckchen griechische Gewürzmischung
- 2 Packungen Romanasalat
- 2 Packungen grüne Oliven

- 2TL Honig
- Salz
- Olivenöl

- Grill (optional)
- Grillpfanne
- kleine Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Alufolie

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

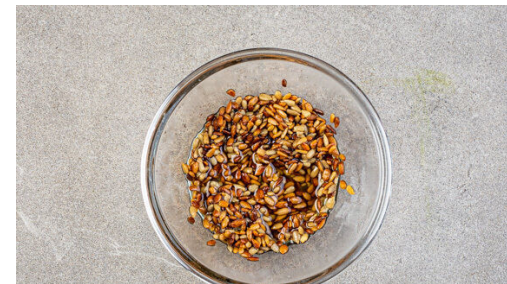
Energie 754kcal, Fett 56.0g,
Kohlenhydrate 39.6g, Eiweiß 20.4g



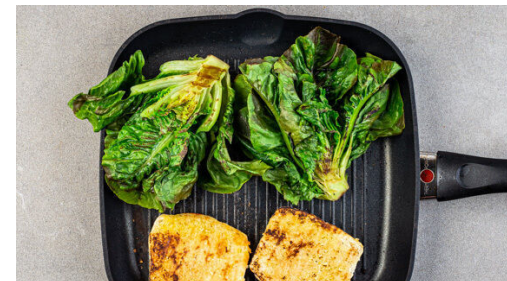
Ggf. den Grill vorheizen. Den **geschälten Knoblauch** und die **Kräuter** grob schneiden. Die **Zitronenschale** abreiben und die **Zitrone** auspressen. Die **1/2 des Knoblauchs und der Kräuter** mit **2EL Zitronensaft** und 4EL Wasser pürieren. Das **Tahini**, die **1/2 der Zitronenschale**, 1TL Honig und 1/2TL Salz zugeben, erneut pürieren.



Die Alufolie über den **Feta** und die **Tomaten** schlagen und an den Rändern fest verschließen. Die **Päckchen** auf dem Grill bei mittlerer Hitze 3-5Min. garen, bis der **Feta** weich ist und die **Tomaten** aufplatzen. Alternativ die **Päckchen** in einer Grillpfanne bei mittlerer Hitze 5-7Min. garen. Den **Salat** der Länge nach halbieren und die Schnittflächen mit je 1TL Olivenöl einreiben.



Die **Sonnenblumenkerne** in einer kleinen Pfanne mit 2TL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. goldbraun anrösten. Vom Herd nehmen, 1TL Honig und 2TL Wasser unterrühren, dann aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Die **Brötchen** aufschneiden, von beiden Seiten mit insgesamt 2EL Olivenöl beträufeln und die Schnittflächen mit dem **übrigen Knoblauch** würzen.



Die **Brötchen** auf jeder Seite 1-2Min. grillen, entweder auf dem Grill oder in der Grillpfanne. Den **Salat** mit den Schnittflächen nach unten auf den Grill legen und grillen, bis sich deutliche Röstspuren abzeichnen. Alternativ den **Salat** mit den Schnittflächen nach unten in eine sehr heiße Grillpfanne legen, auf den Pfannenboden pressen und 2-3Min. rösten.



2 Stücke Alufolie von je ca. 40cm Länge zurechtschneiden, dann jeweils halbieren und je 2 Stücke Folie aufeinanderlegen. Die **1/2 des Fetas** auf die rechte Seite einer Doppelfolie legen, die **1/2 der Kirschtomaten** darum verteilen. Den Vorgang mit der anderen Doppelfolie wiederholen. Den **Feta** und die **Tomaten** jeweils mit 2TL Olivenöl beträufeln und die **Gewürzmischung** darüberstreuen.



Die **Oliven** in feine Ringe schneiden. Den **Salat** auf Tellern anrichten, mit dem **Dressing** beträufeln und mit den **Oliven** garnieren. Die abgekühlten **Brötchen** grob zerreißen und mit dem **Feta** und den **Tomaten** auf dem **Salat** verteilen. Den **Bratensud** aus den Päckchen über das **Brot** träufeln. Mit den **Kernen**, den **übrigen Kräutern und der Zitronenschale** garnieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**