



Gebratener Salat an Blauschimmelkäse

mit Roter Bete, Birne und Croûtons



unter 20min



2 Personen

Raffinierte Salate sind unsere Spezialität, denn sie bringen Abwechslung auf den Tisch, sind bunt, kreativ und natürlich auch geschmacklich ein Genuss. Heute braten wir unseren Romanasalat kurz in der Pfanne an, das gibt ihm ein herrliches Röstaroma. Dann servieren wir ihn mit einem herzhaft-cremigen Blauschimmelkäsedressing, frischer Birne, Roter Bete und selbst gemachten Croûtons. Da werden Salatträume wahr – guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung veganes Toastbrot ¹
- 2 Knoblauchzehen
- 20g Schnittlauch & Petersilie
- 100g Blauschimmelkäse ⁷
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 250g Rote Bete, vorgegart
- 1 Birne
- 1 Packung Romanasalat

Was du zu Hause benötigst

- 1TL körniger Senf ¹⁰
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Wer mag, kann auch die übrigen Kräuter fein schneiden und als Garnitur verwenden.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 761kcal, Fett 48.8g, Kohlenhydrate 56.1g, Eiweiß 22.1g



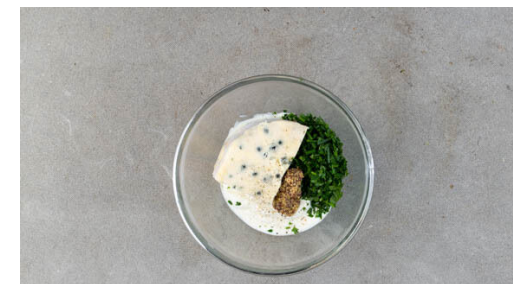
1. Brot schneiden

Die **Toastscheiben** aufeinanderstapeln und in ca. 1cm große Würfel schneiden.



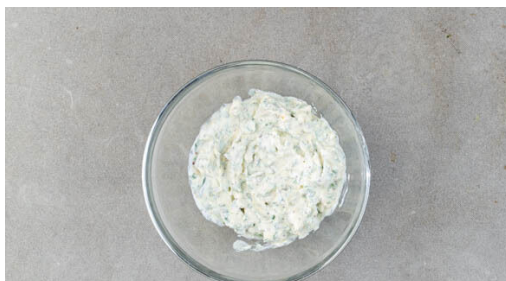
2. Brotwürfel rösten

Eine große Pfanne mittelhoch bis stark erhitzen. Die **Brotwürfel** zugeben, mit 4EL Olivenöl beträufeln und mit 1 kräftigen Prise Salz bestreuen, dann unter gelegentlichem Rühren in 6-8Min. goldbraun und knusprig rösten. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln, zum **Brot** in die Pfanne geben und ca. 2Min. mitbraten. Die **Brotwürfel** aus der Pfanne nehmen, die Pfanne aufbewahren.



3. Kräuter schneiden

Die **½ der Petersilienblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Die **½ des Schnittlauchs** ebenfalls fein schneiden. **Tipp:** Wer mag, kann auch die **Petersilienstängel** klein schneiden und verwenden. Den **Käse** mit dem **Joghurt**, den **Kräutern**, 1TL körnigem Senf und 1 kräftigen Prise Pfeffer in eine Schüssel geben.



4. Dressing zubereiten

Die Zutaten für das **Dressing** mit einer Gabel erst zerdrücken und vermengen, dann kräftig verquirlen, bis eine weitgehend glatte Konsistenz erreicht ist. Das **Dressing** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Gemüse & Obst schneiden

Die **Rote Bete** abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke schneiden. **Tipp:** Da **Rote Bete** stark färbt, beim Verarbeiten am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen. Die **Birne** vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Den **Salat** jeweils vom Strunk befreien und längs halbieren.



6. Salat braten

Die **Salathälften** in der bereitgestellten Pfanne bei starker Hitze mit den Schnittseiten nach unten ca. 2Min. goldbraun anrösten. Etwas **Dressing** auf Tellern verstreichen, die **Salathälften** daraufgeben und mit der **Roten Bete**, den **Birnen** und den **Croûtons** garnieren. Den **Salat** nach Geschmack mit mehr **Dressing** beträufeln und servieren.