



Feiner Mozzarella-Serrano-Salat

mit gebackenen Beten und weißen Bohnen



ca. 30min



3-4 Personen

Die mild-sahnige Note des Mozzarellas harmoniert wunderbar mit unserem gemischtem Salat, den gerösteten Beten und dem würzigen Serranoschinken. Veredelt wird dein Mahl mit feinen Pistazienkernen. Buon appetito!

- 3 Rote Beten
- 2 gelbe Beten
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Dosen weiße Bio-Bohnen
- 2 Pck. Serranoschinken
- 20g Pistazienkerne ²
- 200g gemischter Salat
- 2 Mozzarellas ¹

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

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne
- Sieb

Allergene

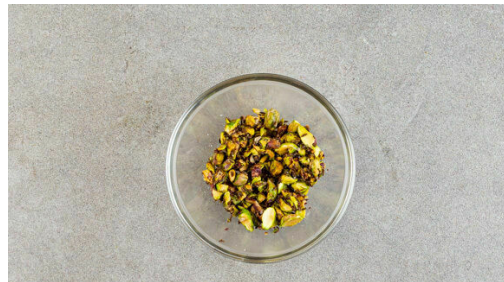
Nährwertangaben pro Portion

Energie 637kcal, Fett 32.7g,
Kohlenhydrate 44.5g, Eiweiß 34.1g



1. Gemüse vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Beten** und die **Zwiebeln** jeweils schälen, halbieren und in 2-3cm breite Spalten schneiden. Alles mit 2EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen, dann auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen.



4. Pistazien anrösten

Die **Pistazien** in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3Min. anrösten. Dabei regelmäßig rühren, damit nichts anbrennt. Aus der Pfanne nehmen, mit 1TL Olivenöl beträufeln und grob hacken. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



2. Bohnen abgießen

Die **Bohnen** in ein Sieb abgießen, kurz abspülen und abtropfen lassen.



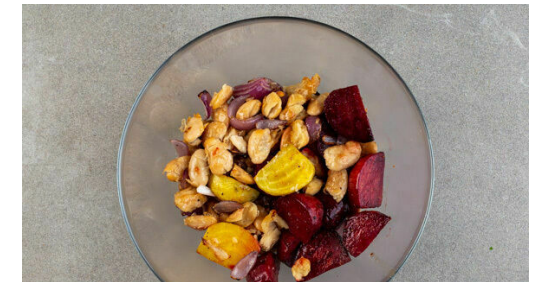
5. Salat vorbereiten

1EL Olivenöl und 1TL Essig mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren. Den **Salat** kurz vor dem Servieren mit dem **Dressing** vermengen und auf Teller verteilen.



3. Beten und Schinken backen

Die **½ des Schinkens** auf das **Gemüse** legen und alles im Ofen 6-7Min. backen, bis der **Schinken** goldbraun und knusprig ist. Den **Schinken** herausnehmen und abkühlen lassen. Mit dem **übrigen Schinken** ebenso verfahren. Dann die **Bohnen** mit den **Beten** und den **Zwiebeln** vermengen und weitere 10-14Min. backen, bis die **Beten** gar sind.



6. Salat fertigstellen

Das geröstete **Gemüse** mit 2EL Honig und 3EL Essig vermengen. Probieren und ggf. mit Salz und Pfeffer würzen, dann auf dem **gemischten Salat** verteilen. Die **Mozzarellas** jeweils horizontal halbieren und mit dem **Schinken** auf dem **Gemüse** anrichten. Mit den **Pistazien** bestreuen und servieren.