



Feiner Mozzarella-Serrano-Salat

mit gebackenen Beten und weißen Bohnen



ca. 30min



2 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 aromatischem Kümmel und feinen Pistazienkernen. Buon appetito!

- 2 Rote Beten
- 1 gelbe Bete
- 1 rote Zwiebel
- 1 Dose weiße Bio-Bohnen
- 1 Packung Serranoschinken
- 30g Pistazienkerne ¹⁵
- 1 Päckchen Kümmel
- 100g gemischter Salat
- 1 Mozzarella ⁷

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

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne
- Sieb

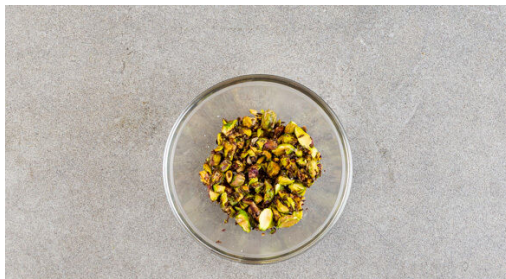
Allergene

Nährwertangaben pro Portion

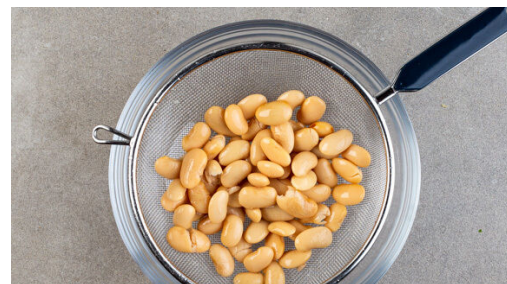
Energie 728kcal, Fett 39.0g,
Kohlenhydrate 49.9g, Eiweiß 37.1g



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



Die **Pistazien** und die **½ des Kümmels** in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze 2–3Min. anrösten. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Kümmel** verwenden. 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.



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



½EL Olivenöl und ½TL Essig mit je 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren. Den **Salat** kurz vor dem Servieren mit dem **Dressing** vermengen und auf Teller verteilen.



Den **Schinken** auf das **Gemüse** legen und alles im Ofen 6–7Min. backen, bis der **Schinken** goldbraun und knusprig ist. Den **Schinken** herausnehmen und abkühlen lassen. Die **Bohnen** mit den **Beten** und den **Zwiebeln** vermengen und weitere 18–19Min. backen, bis die **Beten** gar sind.



Das geröstete **Gemüse** mit 1EL Honig und 1½EL Essig vermengen. Probieren und ggf. mit Salz und Pfeffer würzen, dann auf dem **gemischten Salat** verteilen. Den **Mozzarella** horizontal halbieren und mit dem **Schinken** auf dem **Gemüse** anrichten. Mit den **Pistazien** und dem **Kümmel** bestreuen und servieren.