



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 aromatischem Kümmel und feinen Pistazienkernen. Buon appetito!

- 3 Rote Beten
- 2 gelbe Beten
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Dosen weiße Bio-Bohnen
- 2 Packungen Serranoschinken
- 30g Pistazienkerne ¹⁵
- 1 Päckchen Kümmel
- 200g gemischter Salat
- 2 Mozzarellas ⁷

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

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne
- Sieb

Allergene
Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 660kcal, Fett 34.0g,
Kohlenhydrate 46.4g, Eiweiß 34.9g



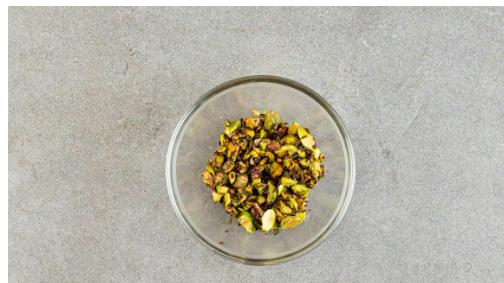
Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Beten** und die **Zwiebeln** jeweils schälen, halbieren und in 2-3cm breite Spalten schneiden. Alles mit 2EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen, dann auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen.



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



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.



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.



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.



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** und dem **Kümmel** bestreuen und servieren.