



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 Kreuzkümmel und feinen Pistazienkernen. Buon appetito!

Was du von uns bekommst

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

Was du zu Hause benötigst

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

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne
- Sieb

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

Allergene

Milch (1), Schalenfrüchte (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

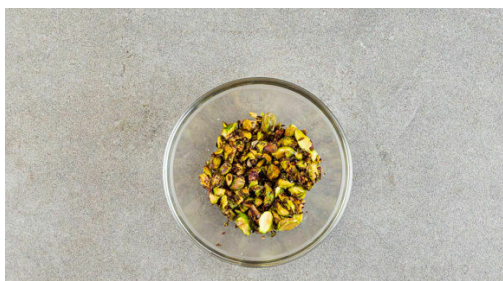
Nährwertangaben pro Portion

Energie 642kcal, Fett 33.0g, Kohlenhydrate 44.9g, Eiweiß 34.4g



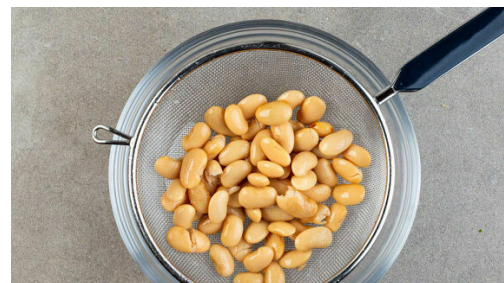
1. Gemüse vorbereiten

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** und die **½ des Kreuzkümmels** 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. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Kreuzkümmel** verwenden.



2. Bohnen abgießen

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



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.



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.



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** und dem **Kreuzkümmel** bestreuen und servieren.