



Gemüsesalat mit Ziegenfrischkäse

und cremigem Basilikumdressing



ca. 35min



3-4 Personen

Dieser herbstlich-farbenfrohe Gemüsesalat ist nicht nur ein echter Gaumenschmaus, sondern auch ein richtiger Hingucker: Pastinake, Karotte und hübsche Rote Bete passen farblich einfach hervorragend zum frischen Feldsalat, und geschmacklich ergänzen sie sich wunderbar mit knusprigen Croûtons aus Vollkornpitabrot und einem cremigen Dressing aus Knoblauch, Tomate, Basilikum - und feinstem Ziegenfrischkäse! Herrlich!

Was du von uns bekommst

- 2 große Pastinaken
- 2 Karotten
- 2 Rote Beten
- 2 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Pck. Vollkornpitabrot ¹
- 20g Basilikum
- 250g Ziegenfrischkäse ²
- 100g Feldsalat

Was du zu Hause benötigst

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

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler

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

Allergene

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

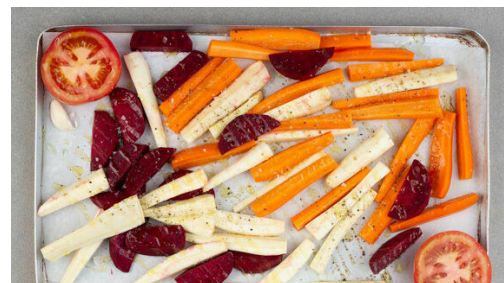
Nährwertangaben pro Portion

Energie 736kcal, Fett 35.9g, Kohlenhydrate 71.8g, Eiweiß 23.3g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Pastinaken** schälen und in fingerdicke Stifte schneiden, die **Karotten** ggf. schälen und ebenfalls in fingerdicke Stifte schneiden. Die **Roten Beten** schälen und in ca. 1cm dicke Spalten schneiden, dabei am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen. Die **Tomaten** halbieren.



2. Gemüse backen

Die **Tomatenhälften** mit der Schnittseite nach oben auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen, das **übrige Gemüse** und den **ungeschälten Knoblauch** daneben verteilen. Das **Gemüse** auf jedem Blech mit 2EL Olivenöl beträufeln und mit 1/2TL Salz sowie 1 Prise Pfeffer würzen, dann 20-25Min. im Ofen goldbraun backen. Nach der Hälfte der Garzeit die Position der Bleche tauschen.



3. Pitabrote schneiden

Die **Pitabrote** in 2-3cm große Stücke schneiden.



4. Dressing zubereiten

Die **Tomaten** und den **Knoblauch** aus dem Ofen nehmen, den **Knoblauch** vorsichtig schälen. Das **Basilikum samt Stängeln** grob schneiden. **3/4 des Ziegenfrischkäses** in ein hohes Gefäß geben, den **Knoblauch**, die **Tomatenhälften**, das **Basilikum**, 2TL Honig, 2TL hellen Essig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer hinzufügen und mit einem Stabmixer zu einem cremigen **Dressing** pürieren.



5. Croûtons rösten

Das **Wurzelgemüse** aus dem Ofen nehmen und neben dem **Feldsalat** auf Tellern anrichten. Die **Pitabrotstücke** auf dem Backblech verteilen, mit 1EL Olivenöl vermengen und in 3-5Min. zu knusprigen **Croûtons** backen.



6. Garnieren und servieren

Die **Croûtons** auf dem **Gemüse** und dem **Feldsalat** verteilen. Den **Gemüsesalat** mit dem **Dressing** beträufeln und mit dem **restlichen Ziegenfrischkäse** garniert servieren.