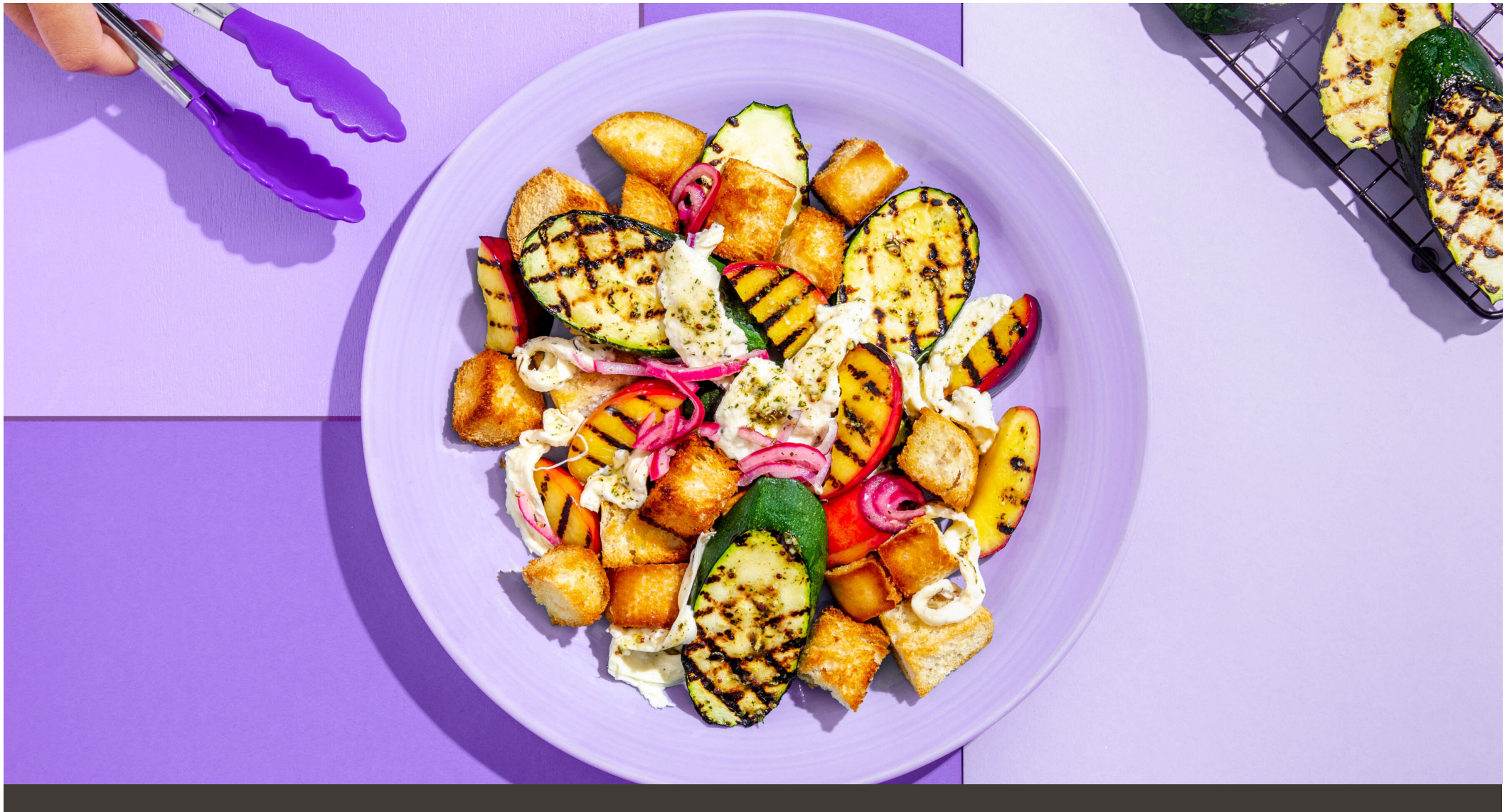




Gegrillter Zuccinissalat mit Nektarine

mit zartem Mozzarella und knusprigen Croûtons



ca. 40min



3-4 Personen

Beim Grillen geht es immer deftig zu? Mitnichten! Inspiriert vom Panzanella-Salat aus der Toskana bringen wir heute eine Palette an leichten Sommer-Aromen auf die Teller: Zarte Zucchini und süße Nektarine holen sich vom Grill ihre Sommerbräune, bevor sie mit saftigem Mozzarella und knusprigen Baguette-Croûtons zusammentreffen und eine wahre Sommerparty starten! Gute Laune ist da garantiert.

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 2 Mozzarellas ²
- 2 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 4 Baguettebrötchen ¹
- 3 Zucchini
- 3 Nektarinen

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Honig
- 1TL Senf ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Grill oder Grillpfanne
- Backofen
- 1-2 Backbleche und Backpapier

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

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Senf (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 831kcal, Fett 44.4g, Kohlenhydrate 86.2g, Eiweiß 24.9g



1. Mozzarella zubereiten

Den Grill anheizen. Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Mozzarella** abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke reißen, dann mit den **Zwiebelstreifen**, 1EL Essig, **1TL Gewürzmischung** und 1 kräftigen Prise Salz gründlich vermengen und beiseitestellen.



4. Zutaten vorbereiten

Die Zucchini schräg in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden, mit 4TL Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Nektarinen** entsteinen und in ca. 2cm breite Spalten schneiden, dann mit 2TL Olivenöl beträufeln.



2. Croûtons backen

Die **Baguettebrötchen** in ca. 1cm große Würfel schneiden und auf 1-2 mit Backpapier ausgelegten Blechen mit 4EL Olivenöl, ½TL Salz und etwas Pfeffer vermengen. Gleichmäßig verteilen und im Ofen 5-7Min. backen, bis die **Croûtons** knusprig und leicht goldbraun sind. Aus dem Ofen nehmen und beiseitestellen.



5. Zutaten grillen

Die Zucchini auf dem Grill 5-6Min. grillen, die Nektarinen 2-3Min. grillen, bis Grillstreifen entstehen, dabei beides einmal wenden. (Alternativ eine Grillpfanne bei mittlerer Hitze verwenden.) Die **Zucchini** und die **Nektarinen** mit dem **Dressing** vermengen, die **Croûtons** und den **Mozzarella** vorsichtig unterheben, mit Salz abschmecken und den **Salat** warm oder kalt servieren.



3. Dressing anrühren

Die **restliche Gewürzmischung**, mit 1EL Essig, 1TL Senf, 1TL Honig und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren, dann 2EL Olivenöl unter Rühren einträufeln, bis ein cremiges **Dressing** entsteht. Ggf. 1-2EL Wasser zugeben, falls das **Dressing** zu dickflüssig wird.



6. Zitrus-Kick

Für sommerliche Zitrus-Frische kann der Essig im Salatdressing auch gegen Zitronensaft ausgetauscht werden. Kulinarische Abenteurer wagen sich sogar in Richtung Limette vor – aromatisch köstlich!