



Mozzarella auf buntem Salat

mit Gemüse und Sonnenblumenkernpesto



30-40min



2 Personen

Unsere Köchin Hannah hat wieder in der Küche gezaubert und präsentiert euch heute ein delizioses Ofengemüse mit Roter Bete, Knollensellerie und Kartoffeln, das vor dem Servieren mit frisch-cremigem Mozzarella und einem köstlichen Pesto aus Sonnenblumenkernen, Kräutern und Zitrone garniert wird. Dazu gibt es einen leichten Rucolasalat.

Was du von uns bekommst

- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Knollensellerie ⁹
- 2 Rote Beten
- 40g frisches Basilikum & Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Sonnenblumenkerne
- 1 Mozzarella ⁷
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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

Kochtipp

Da Rote Bete stark färbt, am besten mit Handschuhen und Schürze arbeiten.

Allergene

Milch (7), Sellerie (9), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 840kcal, Fett 44.2g, Kohlenhydrate 67.6g, Eiweiß 33.4g



1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** **samt Schale** in 1-2cm breite Spalten schneiden. Die **1/2 des Knollensellersies** schälen und in 2-3cm große Stücke schneiden. **Tipp:** Wer mag, kann auch den gesamten **Sellerie** verwenden. Die **Rote Bete** schälen und in ca. 1cm breite Spalten schneiden.



2. Gemüse rösten

Die **Kartoffeln**, den **Sellerie** und die **Rote Bete** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer mischen. Gleichmäßig verteilen und im Ofen 30-35Min. backen, bis das **Gemüse** goldbraun und gar ist.



3. Pesto vorbereiten

Inzwischen die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen. Die **Petersilie** **samt Stängeln** grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und mit der flachen Seite einer breiten Messerklinge zerdrücken. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



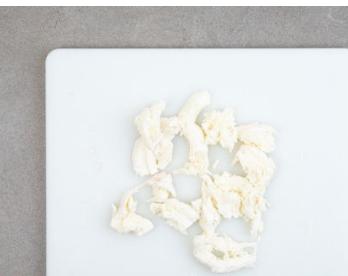
4. Pesto zubereiten

Ca. **3/4 der Kräuter**, den **Knoblauch**, die **Sonnenblumenkerne** und 1-2EL Olivenöl in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einem cremigen **Pesto** pürieren. Mit **1-2EL Zitronensaft**, **1TL Zitronenabrieb** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Je nach gewünschter Konsistenz noch etwas Wasser hinzufügen.



5. Dressing anrühren

Aus 1-2EL Olivenöl, 1-2EL Balsamicoessig sowie Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren. **Tipp:** Wer keinen Balsamicoessig hat, kann natürlich auch anderen Essig verwenden.



6. Mozzarella vorbereiten

Den **Mozzarella** abgießen, in mundgerechte Stücke zupfen und mit etwas Salz bestreuen. Das **Ofengemüse** mit dem **restlichen Zitronenabrieb** und den **restlichen Kräutern** vermengen. Den **Rucola** mit dem **Dressing** mischen und mit dem **Ofengemüse** anrichten. Mit dem **Mozzarella** und dem **Pesto** garnieren und servieren.