



Feiner Mozzarella-Serrano-Salat

mit gebackenen Beten und weißen Bohnen



ca. 30min



4 Portionen

Die mild-sahnige Note des Mozzarellas harmoniert wunderbar mit unserem gemischtem Salat, den gerösteten Beten und dem würzigen Serranoschinken. Veredelt wird dein Mahl mit 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
- 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

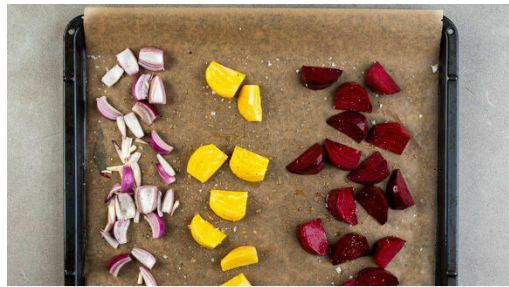
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

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

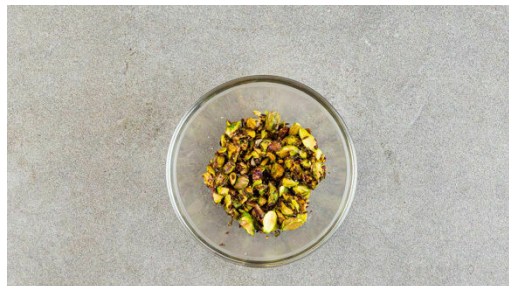
Nährwertangaben pro Portion

Energie 637kcal, Fett 32.7g, Kohlenhydrate 44.5g, Eiweiß 34.1g



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** 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.



2. Bohnen abgießen

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



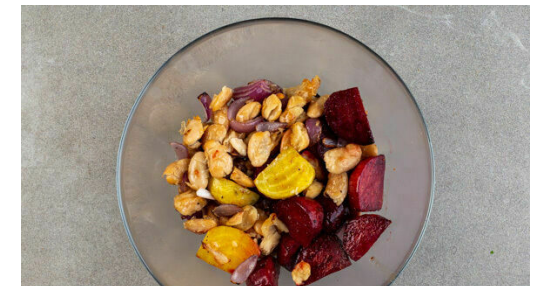
5. Salat vorbereiten

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.



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.



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** bestreuen und servieren.