



## Chorizo und Feta mit gebackenem Kürbis

als Wintersalat mit Rucola und Zitrone



20-30min



3-4 Personen

Deftige Chorizo und cremiger Feta Käse pepen den farbenfrohen Salat mit gebackenem Hokkaidokürbis, lila Karotte und Rucola gehörig auf. Wer hier noch denkt, das macht nicht satt, sollte sich unbedingt eines Besseren belehren lassen - der nahrhafte Wintersalat schmeckt nämlich fabelhaft gut!

## Was du von uns bekommst

- 1 Packung Chorizo in Scheiben 7
- 2 Hokkaidokürbisse
- 3 lila Karotten
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Rucola
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Päckchen Ahornsirup
- 2 Packungen Fetakäse 7

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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

## Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 582kcal, Fett 33.9g, Kohlenhydrate 43.2g, Eiweiß 24.7g



### 1. Chorizo backen

Den Backofen auf 170°C Umluft (190°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Chorizoscheiben** auf zwei mit Backpapier ausgelegten Backblechen verteilen und 4-6Min. knusprig backen. Zum Abkühlen das Backpapier mit den **Chorizoscheiben** vom Blech ziehen.



### 2. Kürbisse schneiden

Die **Kürbisse** halbieren, entkernen und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Die **Karotten** schälen, quer halbieren und je nach Dicke längs vierteln oder sechsteln.



### 3. Zwiebeln schneiden

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in hauchdünne Scheibchen schneiden.



### 4. Ofengemüse rösten

Ein oder zwei Bleche mit frischem Backpapier auslegen und den **Kürbis**, die **Karotten** und die **Zwiebeln** darauf verteilen. Das **Gemüse** mit 1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer würzen und 15Min. im Ofen rösten. Den **Knoblauch** für die letzten 5Min. untermengen und mitbacken.



### 5. Salat vorbereiten

Den **Rucola** ggf. verlesen und harte Stängel entfernen. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



### 6. Ofengemüse verfeinern

Das **Ofengemüse** mit dem **Zitronenabrieb**, dem **Ahornsirup** sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen und mit dem **Rucola** vermengen. Den **Feta** mit den Fingern zerkrümeln. Den **Salat** mit der **Chorizo** und dem **Feta** belegen, nach Geschmack mit **Zitronensaft** und etwas **Olivenöl** beträufeln und servieren.