



Chorizo-Rucola-Salat

mit Süßkartoffeln und Kirschtomaten

 30-40min  2 Portionen

Kartoffelsalat mal anders: Bunt und lecker kombinierst du Süßkartoffel, Paprika und Zwiebel mit leckerer Chorizo und backst alles im Ofen, wo sich die Aromen perfekt entfalten können. Serviert wird der Salat dann mit frischen Kirschtomaten und würzigem Rucola sowie einem mit Knoblauch verfeinerten Dressing. Lass es dir schmecken!

Was du von uns bekommst

- 2 Süßkartoffeln
- 1 Paprika
- 1 Paprika
- 2 rote Zwiebeln
- 100g Chorizo, gewürfelt ¹
- 1 Knoblauchzehe
- 250g Kirschtomaten
- 1 Pck. Chiliflocken
- 50g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Backblech
- Sparschäler

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

Allergene

Milch (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 579kcal, Fett 29.9g,
Kohlenhydrate 52.3g, Eiweiß 18.6g



1. Süßkartoffeln schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffeln** schälen, der Länge nach halbieren und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden.



2. Paprika schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 2-3cm breite Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.



3. Gemüse rösten

Die **Süßkartoffeln**, die **Paprika** und die **Zwiebeln** mit der **Chorizo** auf ein Backblech geben und alles gut mit 1EL Olivenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Gleichmäßig verteilen und 20-25Min. im Ofen rösten.



4. Dressing anrühren

Den **Knoblauch** schälen, fein würfeln und mit je 1EL Olivenöl und Essig zu einem **Dressing** verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die **Kirschtomaten** halbieren.



5. Gemüse würzen

Das **Gemüse** und die **Chorizo** mit dem **Dressing** und den **Chiliflocken nach Geschmack** würzen und mit den **Kirschtomaten** vermengen.



6. Fertigstellen & servieren

Die **Rucolablätter** ggf. quer halbieren, kurz vor dem Servieren vorsichtig unterheben und servieren.