



## Salat mit Burrata und Prosciutto

mit gebackenen Beten und weißen Bohnen



ca. 30min



3-4 Personen

Burrata ist ein italienischer Frischkäse, der optisch und geschmacklich an Mozzarella erinnert. Die Besonderheit: sein cremiger, leicht süßlicher Kern, der auf dem Teller zerfließt, sobald man ihn anschneidet. Seine sahnige Note harmoniert wunderbar mit unserem knackigen Salat, den gerösteten Beten und dem mild-würzigen Schinken. Veredelt wird dein Mahl mit aromatischem Kümmel und feinen Pistazienkernen. Buon appetito!



## Was du von uns bekommst

- 3 Rote Beten
- 2 gelbe Beten
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Dosen weiße Bohnen
- 2 Packungen luftgetrockneter Schinken
- 1 Packung Pistazienkerne <sup>15</sup>
- 1 Päckchen Kümmel
- 2 Packungen gemischter Salat
- 2 Packungen Burrata <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Honig
- Olivenöl
- Essig
- Salz und schwarzer Pfeffer

## 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 (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

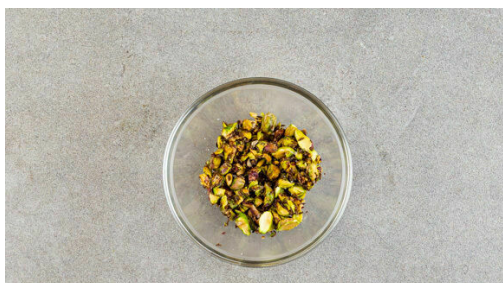
### Nährwertangaben pro Portion

Energie 601kcal, Fett 31.4g, Kohlenhydrate 44.6g, Eiweiß 28.3g



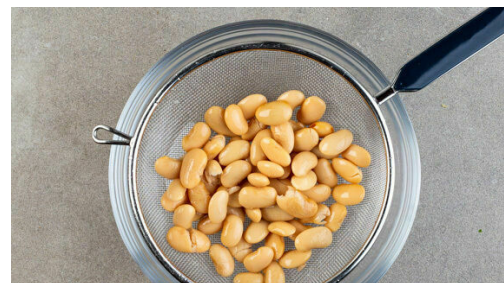
### 1. Gemüse vorbereiten

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** und die **1/2 des Kümmels** in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3Min. anrösten. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Kümmel** verwenden. 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 1EL 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 **1/2 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 2-3EL Essig vermengen. Probieren und ggf. mit Salz und Pfeffer würzen, dann auf dem **gemischten Salat** verteilen. Die **Burratas** jeweils halbieren und mit dem **Schinken** auf dem **Gemüse** anrichten. Mit den **Pistazien** und dem **Kümmel** bestreuen und servieren.