



Feiner Burrata-Serrano-Salat

mit gebackenen Beten und weißen Bohnen



ca. 30min



3 Portionen

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 harmonisiert wunderbar mit unserem knackigen Salat, den gerösteten Beten und dem mild-würzigen Schinken. Veredelt wird dein Mahl mit fein gewürzten Pistazienkernen. Buon appetito!

Was du von uns bekommst

- 3 Rote Beten
- 1 gelbe Bete
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Dosen weiße Bio-Bohnen
- 2 Pck. Serranoschinken
- 45g Pistazienkerne²
- 100g gemischter Salat
- 50g gemischter Salat
- 3 Pck. Burrata¹

Was du zu Hause benötigst

- 1½EL 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.

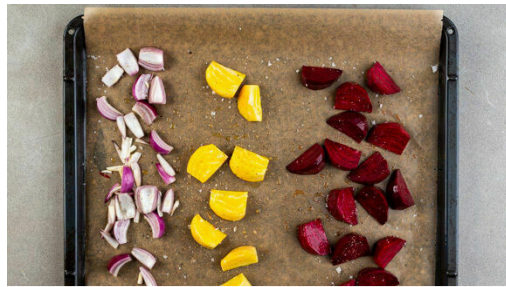
Allergene

Enthält: **Milch** (1), **Schalenfrüchte** (2).

Kann Spuren enthalten von: Gluten, Erdnüsse, Sesamsamen

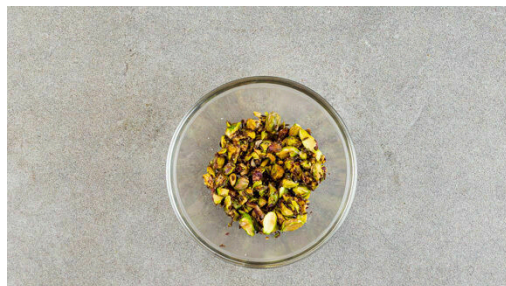
Nährwertangaben pro Portion

Energie 772kcal, Fett 42.6g, Kohlenhydrate 50.8g, Eiweiß 40.1g



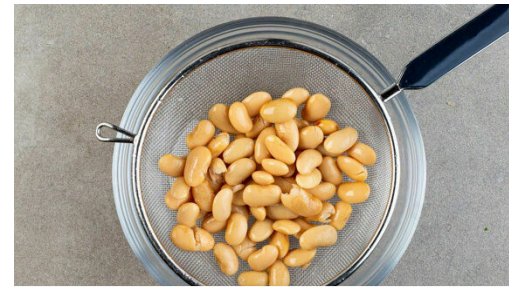
1. Gemüse vorbereiten

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 1½EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen, dann auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen.



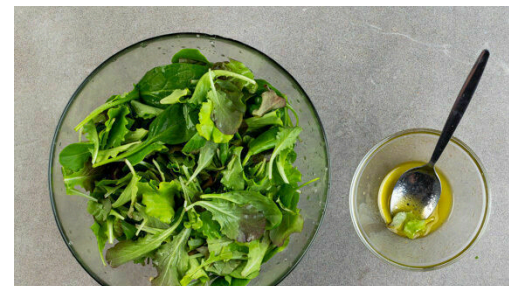
4. Pistazien anrösten

Die **Pistazien** in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3Min. anrösten. Dabei regelmäßig rühren, damit nichts anbrennt. Aus der Pfanne nehmen, mit ½EL Olivenöl beträufeln und grob hacken. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



2. Bohnen abgießen

1½ Dosen Bohnen in ein Sieb abgießen, kurz abspülen und abtropfen lassen.



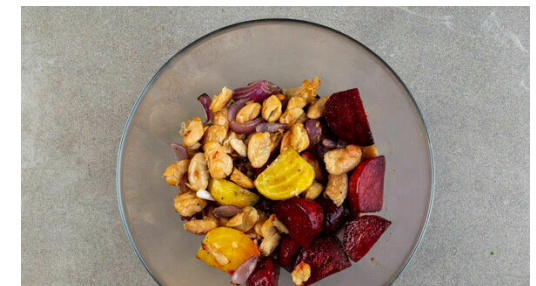
5. Salat vorbereiten

¾EL Olivenöl und ¾TL 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

1½ Pck. Schinken auf das **Gemüse** legen und alles im Ofen 6-7Min. backen, bis der **Schinken** goldbraun und knusprig ist. Den **Schinken** herausnehmen und abkühlen lassen. 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 1½EL Honig und 2EL Essig vermengen. Probieren und ggf. mit Salz und Pfeffer würzen, dann auf dem **gemischten Salat** verteilen. Die **Burratas** mit dem **Schinken** auf dem **Gemüse** anrichten. Mit den **Pistazien** bestreuen und servieren.