



Feiner Burrata-Serrano-Salat

mit gebackenen Beten und weißen Bohnen



ca. 30min



6 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

- 6 Rote Beten
- 3 gelbe Beten
- 2 rote Zwiebeln
- 3 Dosen weiße Bio-Bohnen
- 3 Pck. Serranoschinken
- 90g Pistazienkerne ²
- 300g gemischter Salat
- 6 Pck. Burrata ¹

Was du zu Hause benötigst

- 3EL 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.

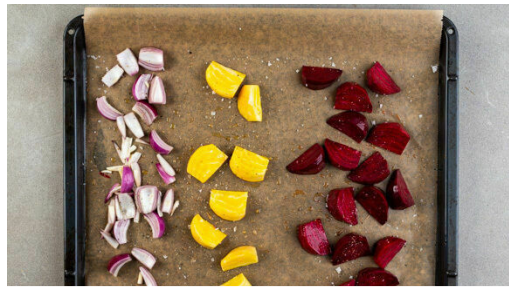
Allergene

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

Kann Spuren enthalten von: Gluten, Erdnüsse, Sesamsamen

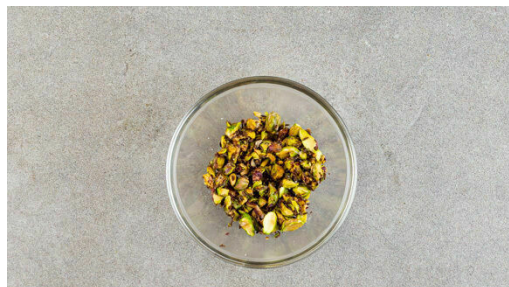
Nährwertangaben pro Portion

Energie 772kcal, Fett 43.0g, Kohlenhydrate 50.1g, Eiweiß 40.0g



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 3EL 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 2TL 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

2EL Olivenöl und 2TL 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 3EL Honig und 3EL 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.