

# Blattsalat mit gebackenem Ziegenkäse

Zubereitungszeit: 25 Minuten



Foto: Sven C. Raben

## Zutaten für 3 Portionen:

- 150 g Feldsalat
- 50 g Rucola
- 150 g Kirschtomaten
- 200 g Ziegenweichkäse von der Rolle
- 3 Scheiben Parmaschinken
- 4 EL Öl (z. B. Mazola Keimöl)
- 1 Beutel KNORR Salatkrönung "Himbeer-Balsamico"

## Zubereitung:

1. Salat putzen, waschen und trockenschleudern. Tomaten waschen und halbieren.
2. Ziegenkäse in 6 Scheiben schneiden. Parmaschinkenscheiben quer halbieren. Ziegenkäsetaler jeweils mit einer halben Scheibe Parmaschinken umwickeln. In einer Pfanne in 1 EL Öl von beiden Seiten anbraten.
3. Beutelinhalt Salatkrönung mit restlichen Öl und 3 EL Wasser verrühren. Salat auf Teller verteilen, Tomaten und gebackener Ziegenkäse darauf anrichten und mit dem Himbeer-Balsamico Dressing beträufeln.

Tipp: Statt Parmaschinken die Ziegenkäsetaler in gemahlene Mandeln wälzen und im Öl von beiden Seiten kurz anbraten.

## Energie- und Nährstoffgehalt pro Portion:

Energie: 444 kcal/ 1843 kJ

Eiweiß: 19 g

Kohlenhydrate: 5 g

Fett: 38 g