Rezept

Gebackener Hokkaido zu Feldsalat

Zutaten für 4 Portionen
Arbeitszeit: ca. 25 min

- 1 Hokkaido Kürbis
- 400 g Kartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 250 g Tomaten
- 1 Frühlingszwiebel
- Petersilie
- Salz und Pfeffer
- 5 EL Olivenöl
- 2 EL Pinienkerne
- 2 EL Balsamico

Die Kartoffeln schälen und in schöne Spalten schneiden, den Kürbis (besser geschält) in auch solche Spalten schneiden. Mit dem Öl die Knoblauchzehe (gepresst), die feingehackte Frühlingszwiebel, etwas Salz und Pfeffer und fein gehackte Petersilie verrühren. Den Kürbis mit der Kartoffeln in eine Auflaufform schichten und mit einem Teil von dem fertigen Kräuteröl übergießen. Den Ofen auf 180°C vorheizen und den Auflauf nun für ca. 30 Minuten backen.

In der Zeit den Feldsalat waschen und putzen, die Pinienkerne in einer Pfanne anrösten und die Tomaten waschen und halbieren. Nach der Backzeit die Tomaten und die Pinienkerne mit zu dem Auflauf geben, etwas mit Öl übergießen und weitere 30 Minuten backen. Da übrige Kräuteröl nun mit etwas Balsamico und etwas Salz und Pfeffer abschmecken und unter den fertigen Feldsalat mischen. Den Salat nun anrichten und auf die Teller den heißen Auflauf zugeben. Nach Bedarf mit noch etwas Dressing beträufeln.

Guten Appetit!

KW06__gebackener_Hokkaido_mit_Feldsalat.pdf