

Gebackener Feta mit Maronenkruste und Salat

Zeit gesamt
30min



Zubereitungszeit
30min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Feta	400 g
Maronen - Kastanien, geschält	100 g
Rosmarin, frisch	5 g
Thymian, frisch	5 g
Butter	7 EL
Paniermehl	5 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Cherrytomaten Mix	200 g
Salatgurken	0.5 St.
Oliven, schwarz	5 EL
Salat-Mix	150 g
Zwiebeln, rot	1 St.
Zitronen	1 St.
Senf	1 TL
Olivenöl	3 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, große Schüssel, Backblech mit Backpapier, Sieb

1. Backofen auf 175 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Feta abtropfen lassen und in jeweils 4 Würfel schneiden. Maronen grob hacken. Rosmarin und Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abstreifen und fein hacken. In einer Schüssel gehackte Maronen, Kräuter, 7 EL Butter und 5 EL Paniermehl vermengen. Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Fetakäse auf ein Backblech mit Papier setzen. Maronenkruste auf dem Feta verteilen und im Ofen ca. 15 Min. goldgelb überbacken.

3. Inzwischen Cherrytomaten waschen und halbieren. Gurke waschen und in Scheiben schneiden. In ein Sieb Oliven abgießen und in Ringe schneiden. Salat waschen und abtropfen lassen. Rote Zwiebel halbieren, schälen und in dünne Streifen schneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen.

4. In einer Schüssel 2 EL Zitronensaft, 1 TL Senf und 3 EL Olivenöl verrühren. Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken. In der Schüssel Salatblätter, Tomaten, Gurken, Oliven und rote Zwiebel mit dem Dressing vermengen. Salat auf Teller verteilen und mit gebackenem Fetakäse mit Maronenkruste servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	597 kcal
Kohlenhydrate	29 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	47 g