



Gebackener Feta mit Petersilien-Falten-Brot und Mango-Tomaten-Salat



Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
35min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Petersilie, frisch	25 g
Strauchtomaten	2 St.
Mango	1 St.
Basilikum, frisch	10 g
Butter	2 EL
Chili, gemahlen	2 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Honig	1 TL
Pizzateig mit Tomatensauce	1 St.
Feta	300 g
Essig	2 EL
Öl	3 EL
Zucker	

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Backblech mit Backpapier

1. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Inzwischen Tomaten waschen, Strünke entfernen und in ca. 2 cm große Stücke würfeln. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und in ca. 1 cm große Stücke würfeln. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen.
2. In eine Schüssel 2 EL weiche Butter geben und mit Petersilie und Chili vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Honig verfeinern.
3. Pizzateig ausrollen, Tomatensauce anderweitig verwenden, mit Petersilien-Chili-Butter bestreichen und in 3 ca. 8 cm breite Streifen schneiden. Die Teigstreifen jeweils wie eine Ziehharmonika falten, nebeneinander in eine Auflaufform schichten und ca. 20–25 Min. im Ofen backen.
4. Fetakäse mit 1 EL Öl einreiben, in eine Auflaufform geben und ca. 10–12 Min. im Ofen backen. Inzwischen in einer Schüssel 2 EL Essig, 2 EL Wasser und 2 EL Öl vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Tomaten- und Mangowürfel zugeben und mit Basilikumblättern verfeinern.
5. Feta aus dem Ofen nehmen und auf Tellern anrichten. Petersilien-Falten-Brot ebenfalls aus dem Ofen nehmen, mit gebakem Käse auf Tellern anrichten und mit Tomaten-Mango-Salat servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	683 kcal
Kohlenhydrate	75 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	33 g