



Gebackener Feta mit Maronenkruste und Salat

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🕒 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|------------------------------|---------|
| Feta | 400 g |
| Maronen, gegart und geschält | 100 g |
| Rosmarin, frisch | 5 g |
| Thymian, frisch | 5 g |
| Butter | 7 EL |
| Paniermehl | 5 EL |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| 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 |