

Schneeflocken aus Ziegenkäse auf Wintersalat mit kandierten Mandeln und Granatapfel-Dressing

Vegetarisch **Klimaheld** 20 – 30 Minuten • 697 kcal • Tag 3 kochen

44



mittelscharfer Senf



Granatapfel



Blattsaladmischung



Mandeln



Karotte



Ziegenfrischkäse-Crumble mit Honig



Pastinake



rote Zwiebel



Ofenkartoffel



geriebter Thymian

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Olivenöl*, Honig*, Salz*, Pfeffer*, Wasser*

Kochutensilien

1 Backblech mit Backpapier, 1 hohes Rührgefäß, 1 Pürierstab, 1 große Schüssel und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
mittelscharfer Senf 9)	10 ml	15 ml**	20 ml
Granatapfel ES IT TR IL	1	1	2
Blattsaladmischung	50 g	75 g	100 g
Mandeln 2) 22)	20 g	30 g	40 g
Karotte DE IL NL FR IT ES	2	3	4
Ziegenfrischkäse-Crumble mit Honig 7)	100 g	100 g	200 g
Pastinake DE	180 g	360 g	360 g
rote Zwiebel DE NL EG	1	2	2
Ofenkartoffel DE FR BE	2	3	4
geriebener Thymian	1 g	1 g	2 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 620 g)
Brennwert	468 kJ/112 kcal	2917 kJ/697 kcal
Fett	5,3 g	33,3 g
– davon ges. Fettsäuren	1,7 g	10,6 g
Kohlenhydrate	12,9 g	80,6 g
– davon Zucker	7,06 g	44 g
Eiweiß	2,8 g	17,4 g
Salz	0,13 g	0,8 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: **2)** Schalenfrüchte **7)** Milch (einschließlich Laktose) **9)** Senf **22)** Mandeln

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **IL:** Israel **NL:** Niederlande

FR: Frankreich **IT:** Italien **ES:** Spanien **TR:** Türkei **EG:** Ägypten

BE: Belgien



Kleine Vorbereitung

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Karotte nach Belieben schälen und in 1 cm Scheiben schneiden.

Kartoffeln und **Pastinake** nach Belieben schälen und in 2 cm Würfel schneiden.

Zwiebel halbieren und in 1 cm Scheiben schneiden.

Gemüse auf einem mit Backpapier belegtem Backblech verteilen, mit gerebeltem **Thymian**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und 20 – 25 Min. im Ofen garen.



Mandeln brennen

Eine große Pfanne bei mittelhoher Temperatur erhitzen. **Mandeln**, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Honig*** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Wasser*** darin 5 – 7 Min. unter ständigem Rühren anrösten, bis der **Honig** geschmolzen ist und an den **Mandeln** klebt. Leicht **salzen***.

Tipp: Sei vorsichtig, der Zucker ist extrem heiß.

Mandeln aus der Pfanne nehmen und auf ein Backpapier geben und komplett auskühlen lassen.

Tipp: Benutze heißes Wasser, um die Pfanne zu säubern, so löst sich der Zucker leichter.



Granatapfel entkernen

Granatapfel auf der Arbeitsplatte hin- und herrollen. **Granatapfel** vierteln und die **Kerne** mithilfe eines Löffels über einer großen Schüssel herausklopfen.



Salat zubereiten

Die Hälfte des **Gemüses** nach der Garzeit zusammen mit der **Saladmischung** und der Hälfte des **Dressings** in die große Schüssel zu den **Granatapfelkernen** geben und vermengen.



Für das Dressing

Die Hälfte der **Granatapfelkerne** zusammen mit **Senf**, 2 EL [3 EL | 4 EL] **Olivenöl***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig***, **Salz*** und **Pfeffer*** in ein hohes Rührgefäß geben und mithilfe eines Pürierstabs zu einem **Dressing** verrühren.

Tipp: Falls der Granatapfel säuerlicher sein sollte, füge **Honig*** nach Belieben hinzu.



Anrichten

Salat auf tiefe Teller verteilen und mit restlichem **Gemüse** und **Ziegenkäse-Crumble** toppen. Restliches **Dressing** darüber geben und die gebrannten **Mandeln** darauf anrichten.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!

<http://www.hellofresh.de/freunde>

