

Salat mit Ofenkürbis

20–30 Min

Zutaten für 4 Portionen

= Kotányi Produkte

600 g	Hokkaidokürbis
3 EL	Olivenöl
180 g	Babyspinat
120 g	Ziegenkäse
400 g	Weiße Bohnen
0.5 Stk.	Rote Zwiebel
3 EL	Kürbiskerne
1 EL	Grill Gemüse

Für das Dressing:

1 EL	Honig
1 Stk.	Zitrone (Saft und Zeste)
60 ml	Olivenöl
1 Prise	Meersalz jodiert grob
1 Prise	Pfeffer schwarz ganz

Zubereitung

1. Im ersten Schritt den Backofen auf 200°C vorheizen. Anschließend den Kürbis waschen, halbieren und die Kerne entfernen. In 3x3 cm große Würfel schneiden und auf ein mit Alufolie ausgelegtes Blech legen. Olivenöl und Kotányi Grill Gemüse Gewürz dazugeben und vermischen. In den Ofen geben und 15 Minuten backen.
2. In dieser Zeit den Spinat waschen. Den Ziegenkäse zerkleinern und die weißen Bohnen abtropfen lassen. Dann die rote Zwiebel in Halbmonde schneiden. Die Kürbiskerne in einer trockenen Pfanne etwa drei Minuten lang leicht anrösten.
3. Für das Dressing alle Zutaten in ein Glas geben und gut schütteln. Babyspinat, Käse, Bohnen und rote Zwiebeln auf einen großen Teller oder eine Schüssel geben und vorsichtig vermischen.
4. Den gebackenen Kürbis fünf Minuten abkühlen lassen, auf dem Salat verteilen und das Dressing darüber gießen. Mit Kürbiskernen bestreuen und servieren.