

Herbstlicher Salat mit Ziegencamembert

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 2 Portionen:

Salat:

½ Hokkaido Kürbis
1 rote Zwiebel
4 Feigen
2EL Olivenöl
Salz und Pfeffer
etwas frischer Thymian
1 Handvoll Feldsalat
2EL Kürbiskerne
1 ANDECHSER NATUR Bio-Ziegencamembert

Dressing:

1EL Kürbiskernöl
2EL Olivenöl
2EL Apfelessig
1TL Senf
1TL Zucker
½TL Salz
1 Prise gemahlener Pfeffer

So geht's

1. Den Kürbis entkernen und in dünne Spalten schneiden. Zwiebel halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Alles mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Thymian und auf ein Backblech geben und für 15-20 Min. bei 200 °C Umluft backen. Die Feigen vierteln und nach 10 Minuten Backzeit zum Kürbis geben.

2. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Den ANDECHSER NATUR Bio-Ziegencamembert in kleine Ecken schneiden.

3. Alle Zutaten für das Dressing verrühren. Kürbis und Feigen aus dem Ofen nehmen und mit Feldsalat, Kürbiskernen und Ziegencamembert anrichten. Zum Schluss das Dressing darüber geben.

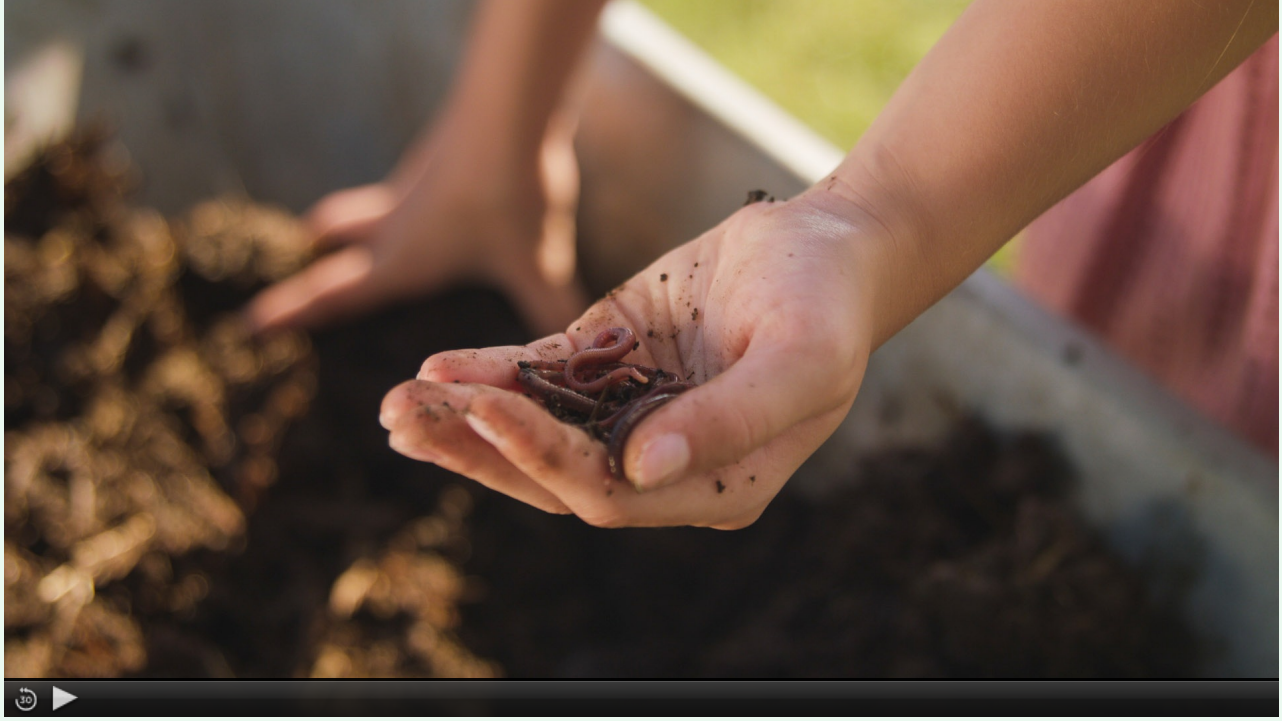
4. Optional: Der Ziegencamembert schmeckt auch sehr gut, wenn er 5 Minuten vor Backende mit in den Ofen auf den Kürbis gegeben wird. Dann sollte er aber direkt nach dem Backen serviert und gegessen werden, solange er noch warm und geschmolzen ist.

Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?



Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?



Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

