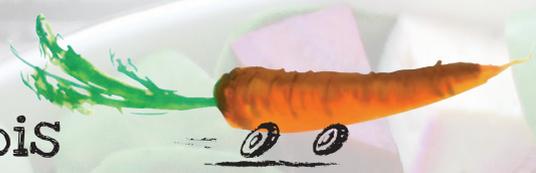




# Feldsalat mit gebratenem Kürbis

## Rezepte vom LAISEACKER



### Zutatenliste (2 Portionen):

200-300g Feldsalat, 1 Hokkaidokürbis, 2 Rote Bete, 2-3 Knoblauchzehen, 1 Packung fermentierter Tofu „Feto“ (als Äquivalent zu Feta), 2 EL Süßer Senf, 2 EL Olivenöl, 2 Zwiebeln, 1 EL Mandelmus, 2 EL Ahornsirup, 3 EL Weißer Balsamico-ESSig, Dill, Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

1. Den Feldsalat waschen und sauber zupfen. Den Hokkaidokürbis in Scheiben schneiden und in Olivenöl anbraten. Den Knoblauch in Scheiben schneiden und zur Pfanne hinzugeben. Die Rote Bete schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Feto ebenfalls in Würfel schneiden und etwas salzen.
2. Für das Dressing in einem Mixergerät eine Zwiebel, süßen Senf, Mandelmus, Essig, Ahornsirup, Dill, Salz und Pfeffer mixen.
3. Die andere Zwiebel in feine Würfelchen schneiden. Den Hokkaido nach dem gewünschten Bräunegrad braten (der Kürbis muss vorher gar sein, daher empfiehlt es sich bei mittlerer Temperatur mit dem Braten zu beginnen und dann höher zu stellen).
4. Den Salat mit den Zwiebeln mischen und mit den Rote Bete und Feto Würfeln garnieren. Zum Schluss die Kürbissstreifen mit dem Dressing auf den Salat geben.

Viele weitere tolle Rezeptideen  
finden Sie auf

[www.laiseacker.de](http://www.laiseacker.de).

Guten Appetit

