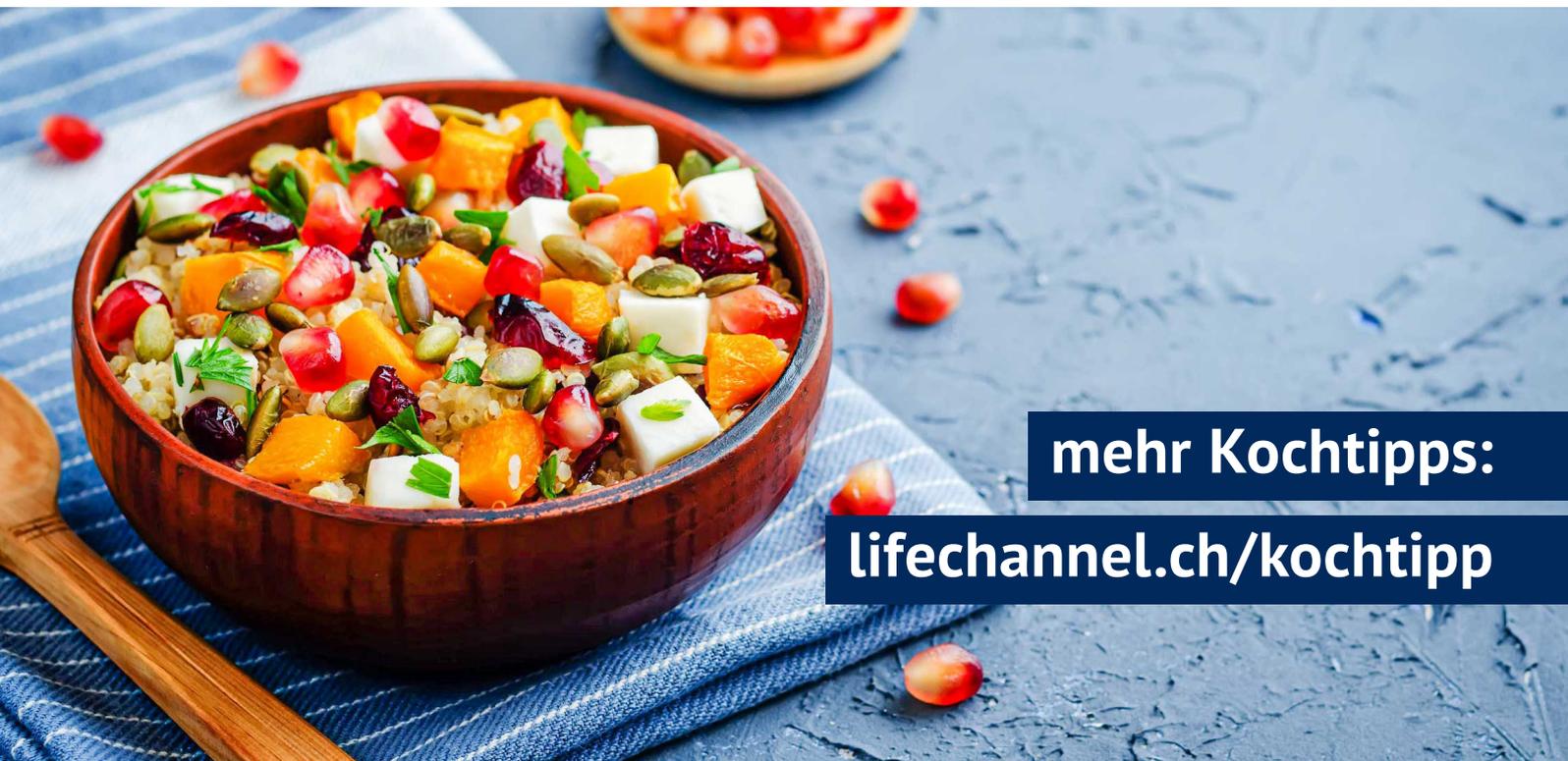


Chefkoch Ramon Waser empfiehlt:

Griechischer Kürbissalat



mehr Kochtipps:

lifefchannel.ch/kochstipp

(c) 123rf

Zubereitung

1. Backofen auf 200 °C Umluft aufheizen
2. Petersilie und Schnittlauch fein schneiden
3. Hokkaido-Kürbis rüsten, in Spalten und gleichmässige Scheiben schneiden
4. Pastinake schälen, längs halbieren und in gleichmässige Scheiben schneiden
5. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden
6. Kürbis, Pastinake und Knoblauch in einer Schüssel mit 3 EL Olivenöl vermischen und etwas salzen
7. Gemüse auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und im Backofen ca. 25 Minuten backen
8. Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Halbringe schneiden
9. schwarze Oliven halbieren
10. Fetakäse grob zerbröckeln

Zutaten

800 g	Hokkaido-Kürbis
250 g	Pastinake
2	rote Zwiebeln
1	Zitrone
2	Knoblauchzehen
4 g	Thymian
200 g	Fetakäse
50 g	schwarze Oliven
9 EL	Olivenöl
4 EL	weisser Balsamico
4 g	Petersilie
3 g	Schnittlauch
	Salz, Pfeffer

Life Channel

www.lifefchannel.ch

- 11.** Thymian zupfen und fein schneiden
- 12.** Schale einer halben Zitrone abreiben und mit 6 EL Olivenöl, Balsamico und Saft einer halben Zitrone vermischen
- 13.** Thymian dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken
- 14.** Gemüse aus dem Ofen nehmen und in eine Schüssel geben, Zwiebelringe, Oliven und Dressing dazugeben und gut vermischen
- 15.** ca. 5 Minuten stehen lassen und den Salat auf vier Teller gleichmässig verteilen
- 16.** kalten Fetakäse darüber geben und mit frischen Kräutern garnieren