

Sommersalat mit Camembert-Crostini,

Avocado, karamellisierten Walnüssen und Weintrauben



HELLO AVOCADO

Obwohl die Avocado, die eigentlich zu den Früchten zählt, einen hohen Anteil an Fett hat, ist sie sehr gesund und vielseitig. Neuester Trend: Avocadoeis!



Steinofenbaguette



Camembert



Salatherz



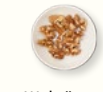
Gurke



rote Weintrauben



Avocado



Walnüsse



mittelscharfer Senf

25 Minuten

Stufe 1

Neuentdeckung

Veggie

Zeit sparen

Das perfekte Gericht für den beginnenden Spätsommer! Zusammen mit den roten Weintrauben ist dieser leckere Salat ein echter Blickfang und wird in Kombination mit den Camembert-Crostini zu einem wahren Geschmackserlebnis, das außerdem noch voller **Ballaststoffe** steckt. Schichte ihn in ein verschließbares Glas und genieße ihn in Deiner Mittagspause, die Kollegen werden neidisch sein. Guten Appetit!

Wasche **Obst** und **Gemüse** ab. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 große Schüssel**, **1 große Pfanne**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



1 DRESSING ZUBEREITEN

In einer großen Schüssel **mittelscharfen Senf**, **2 EL [4 EL] Essig** und **1 EL [2 EL] Olivenöl** zu einem glatten **Dressing** verrühren. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und beiseitestellen.



2 BAGUETTE ZUBEREITEN

Baguette in 2 cm dicke Scheiben schneiden und diese auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für die Weintrauben und Walnüsse lassen). **Camembert** in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden, auf den **Baguettescheiben** verteilen und belegte **Baguettescheiben** auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 15 Min. überbacken.



3 IN DER ZWISCHENZEIT

Walnüsse grob hacken. In einer großen Pfanne 1 TL [1 EL] **Zucker** bei mittlerer Hitze erwärmen und flüssig werden lassen. Hitze reduzieren, **Walnüsse** zugeben und einmal umrühren, damit diese etwas geschmolzenen **Zucker** annehmen. Anschließend karamellierte **Walnüsse** mit auf das Backblech geben. Anschließend **Weintrauben** in die Pfanne geben, diese mit dem restlichen **Zucker** umhüllen und ebenfalls mit auf das Backblech geben.



4 SALAT MARINIEREN

Salatherzen in mundgerechte Stücke schneiden. **Gurke** längs vierteln und in feine Scheiben schneiden. **Salat-** und **Gurkenstücke** unter das **Dressing** mischen.



5 AVOCADO SCHNEIDEN

Avocado halbieren, Kern entfernen, **Fruchtfleisch** herauslösen und in 1 cm breite Streifen schneiden.



6 ANRICHTEN

Salat auf Teller verteilen, **Avocadostreifen** darauf anrichten, karamellierte **Walnüsse** und **Weintrauben** darüberstreuen. **Camembert-Crostini** dazu anrichten und genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
mittelscharfer Senf ¹⁰⁾	10 ml	20 ml
Steinofenbaguette ¹⁾	1	2
Camembert ⁷⁾	125 g	250 g
Walnüsse ^{8) 15)}	10 g	20 g
rote Weintrauben	125 g	250 g
Salatherz (Romana)	2	4
Gurke ^{BE}	1	2
Avocado (Hass) ^{MX}	1	2

Essig*, Salz*, Pfeffer*, Olivenöl*, Zucker*

* Gut, in Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern].
 ☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	550 kJ/132 kcal	3581 kJ/854 kcal
Fett	7 g	44 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	15 g
Kohlenhydrate	14 g	86 g
- davon Zucker	3 g	19 g
Eiweiß	5 g	30 g
Ballaststoffe	2 g	9 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 8) Walnüsse 10) Senf
 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

URSPRUNGLÄNDER

BE: Belgien, MX: Mexiko

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
 AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!