Warmer Birnen-Salat

Weiche Birnen, warmer Ahornsirup und krosser Speck. Muss ich noch mehr sagen? Dieser Salat entführt euch in neue Geschmackswelten, eignet sich optimal als edle Vorspeise und verführt dazu, auch den letzten Tropfen vom Teller zu schlecken.



Warmer Birnen-Salat | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (4 Portionen): 4 Birnen | 100 Gramm Speck | 50 Gramm Pekannüsse | 4 Esslöffel Ahornsirup | 25 Gramm Rucola | 25 Gramm Feldsalat | 25 Gramm Mangold | 1 Stück kleine gekochte Rote Bete | 1 Teelöffel körniger Senf | 1 Esslöffel Olivenöl | 2 Esslöffel Zitronensaft



Warmer Birnen-Salat | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (60 Minuten): 1. Ofen auf 200 Grad vorheizen. 2. Birnen schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und mit gewürfeltem Bauchspeck in eine Auflaufform geben. 3. Birnen circa 20 Minuten backen. 4. In der Zwischenzeit den Salat waschen, die Rote Bete in feine Streifen schneiden und den Senf mit dem Olivenöl und dem Zitronensaft zu einem Dressing verrühren. 5. Birnen mit Ahornsirup übergießen, Pekannüsse dazugeben und nochmals zwanzig Minuten backen. 6. Salat mit dem Dressing vermischen und mit den warmen Birnen, dem knusprigen Speck und den Pekannüssen anrichten.

Jetzt noch mehr Rezepte mit Birnen und Salat-Rezepte entdecken!

Nährwerte/Portion: 323 Kalorien | 20 Gramm Fett | 30 Gramm Kohlenhydrate | 6,4 Gramm Eiweiß