

# Wintersalat mit Camembert

## Zutaten | 1 Portion

100 g	Feldsalat
1	Camembert
50 g	Pinienkerne
1	Granatapfel, davon die Kerne
2	Tomaten
Für das Dressing:	
1 EL	Balsamico
1 EL	Senf
2 EL	Olivenöl
1 EL	Honig
	Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit: 20 Min.

## Zubereitung:

- Den Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.
- Den Camembert aus der Verpackung nehmen, obere Seiten rautenförmig einritzen und in kleine, mit Backpapier ausgekleidete Formen geben. Im Ofen ca. 12-15 Min. backen.
- Die Pinienkerne in der Pfanne kurz rösten.
- Den Feldsalat waschen, trocken schleudern oder gut abtropfen lassen. Anschließend auf einen Teller anrichten.
- Tomaten waschen, in Stücke schneiden und ebenfalls auf den Teller verteilen.
- Für das Dressing alle Zutaten in einer Schüssel gut verrühren oder in einem verschlossenen Glas kräftig schütteln.
- Käse aus dem Ofen nehmen und mittig auf dem Feldsalat anrichten. Die Pinienkerne darüber verteilen.
- Zum Schluss den Salat mit dem Dressing beträufeln.

## Tipp:

Alternativ den Camembert panieren und in einer Pfanne von beiden Seiten anbraten.

---

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.  
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
206 kcal	16,3 g	5,3 g	8,6 g	173,5 mg