Salat von gebackenen Tomaten (V)

Zutaten (für 4 Portionen)

- 600 g bunte Cocktailtomaten
- 4–5 Tomaten
- 250 g Feta
- 120 g grüne Oliven ohne Stein
- 20 g Pinienkerne
- ½ TL Salz
- 3 Prisen Pfeffer aus der Mühle
- 5 EL Olivenöl

Nährwerte

Pro 100 Gramm

120 kcal
4 g Eiweiß
10 g Fett
3 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 20 Minuten

Zubereitung

1. Den Ofen auf 210 °C Ober-/ Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Tomaten waschen und sechsteln, Tomatenstücke mit den Cocktailtomaten auf dem Backblech verteilen und mit je zwei Prisen Salz und Zucker würzen. Für 15 Minuten im Ofen backen.
2. Den Feta würfeln. Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten.
3. Die Ofentomaten auf dem Blech leicht abkühlen lassen und mit ½ TL Salz und 3 Prisen Pfeffer aus der Mühle würzen. Feta, Oliven und Pinienkerne darauf verteilen und mit dem Olivenöl marinieren.

Reiser Rät

Je höher die Qualität des Olivenöls, desto aromatischer ist es. Dementsprechend schmecken Ihre zubereiteten Speisen viel intensiver. Wir empfehlen Ihnen „Natives Olivenöl extra“.

XXXLutz MEIN MÖBELHAUS.