

Rezept

Blattsalat mit Zimtbirnen

Ein Rezept von Blattsalat mit Zimtbirnen, am 06.05.2024

Zutaten

- | | |
|--|--|
| 2 Birnen | 1 TL Zimtpulver |
| 200 g grüne Salatblätter (gemischt, z. B. Kopfsalat, Batavia) | 1 Frühlingszwiebeln (oder Schalotte) |
| 6 EL Vinaigrette | 2 EL gehackte Kräuter (z. B. Schnittlauch, Basilikum, Gartenkresse, Petersilie) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal, 9 g F, 3 g EW, 13 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 170° vorheizen. Die Birnen waschen, trocken reiben und längs halbieren, die Kerngehäuse ausschneiden. Die Birnenhälften rundum mit dem Zimt einreiben. Die Birnenhälften jeweils mit der Schnittfläche nach unten auf ein Backblech legen und im Ofen (Mitte) in ca. 25 Min. weich backen.
2. Inzwischen für den Salat die Salatblätter waschen und trocken schleudern. Die Frühlingszwiebel waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel, Kräuter und Vinaigrette in einer großen Schüssel verrühren. Salatblätter dazugeben und alles vorsichtig mischen.
3. Zum Servieren den Salat auf Teller verteilen. Die fertig gebackenen Birnen aus dem Ofen nehmen und auf dem Salat anrichten. Dazu passt sehr gut Knoblauchbrot.