



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Brotsalat mit Feta

- GEFRO Salatwürze
- 3 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- 300 g Ciabatta-Brot
- 4 Knoblauchzehen
- 250 g Schafskäse
- 300 g Kirschtomaten
- 3 Zweige Basilikum
- 2 Zweige Minze
- 1 TL Zitronensaft
- Meersalz, grob

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Brotsalat mit Feta

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 30 Minuten

Nährwerte pro Portion:

22,8 g Fett	40 g Kohlenhydrate	16,6 g Eiweiß	3 g Ballaststoffe	434 kcal
Brennwert				

Brotsalat mit Feta

1. Ofen & Zutaten vorbereiten:

Den Backofen auf 180 °C vorheizen.
300 g Ciabatta-Brot in grobe Würfel schneiden oder grob zupfen.
4 Knoblauchzehen mit dem Messerrücken leicht andrücken.
250 g Schafskäse (Feta) in Würfel schneiden.

2. Brotmischung backen:

Brotwürfel, Knoblauch, 300 g Kirschtomaten und die Fetawürfel in eine Auflaufform geben.
Mit 2 EL **GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra** beträufeln, alles gut vermengen und für etwa 20 Minuten im Ofen backen, bis das Brot goldbraun und der Käse leicht geschmolzen ist.

3. Kräuter & Dressing:

Die Blätter von 3 Basilikum- und 2 Minzezweigen zupfen.
Den Brotsalat aus dem Ofen nehmen und die Kräuter unterheben.
Mit 1 TL Zitronensaft, 1 EL **GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra** und etwas **GEFRO Salatwürze** abschmecken.

4. Anrichten:

Den Salat auf Tellern anrichten und mit einer Prise grobem Meersalz bestreuen. Lauwarm servieren.

Tipps & Varianten:

Tipps: Der Salat schmeckt besonders aromatisch, wenn man das Brot leicht anröstet, bevor es in den Ofen kommt – so bleibt es außen knusprig und innen weich.

Variante: Für mehr Frische ein paar halbierte schwarze Oliven oder dünn geschnittene rote Zwiebelringe untermischen.

Nicht vergessen: Der Brotsalat eignet sich hervorragend als mediterrane Beilage zu Gegrilltem oder als leichtes Hauptgericht im Sommer.