



Salat im Pasta-Körbli

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.

Backen: 2 × je ca. 9 Min.

Für 4 Backförmchen «Royal»

Ergibt 8 Pasta-Körbli

Vegi

Pasta-Körbli

2 Rollen Pastateig

50 g geriebener Sbrinz

Pastateige entrollen, Sbrinz darauf verteilen, mit dem Wallholz einwallen. Teige in je 4 Rechtecke schneiden, mit dem Sbrinz nach oben in die Förmchen legen.

Backen: ca. 9 Min. auf der untersten Rille des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Auf einem Gitter auskühlen, aus der Form nehmen. Mit den restlichen Rechtecken gleich verfahren.

Käse-Salatsauce

2 Teelöffel Senf

6 Esslöffel Aceto balsamico bianco

1 dl Rapsöl

6 Esslöffel geriebener Sbrinz

¼ Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

Alle Zutaten bis und mit Sbrinz mit dem Mixstab pürieren, würzen.

Salat

100 g Rucola

80 g Portulak

1 Bund Radiesli, geviertelt

4 hart gekochte Eier, geviertelt

50 g Baumnußkerne, grob gehackt, geröstet

Rucola, Portulak und Radiesli kurz vor dem Servieren vorsichtig mit der Salat-sauce mischen, in die Pasta-Körbli verteilen. Eier und Nüsse darauf verteilen.

Tipp: Statt die Backförmchen «Royal» 4 weite ofeneste Tassen von je ca. 2 dl verwenden. Tassen aussen fetten, Teig mit dem Käse nach unten auf die umgedrehten Tassen legen.

Lässt sich vorbereiten: Pasta-Körbli 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt bei Raumtemperatur aufbewahren.

Pro Person: 49 g Fett, 24 g Eiweiss, 39 g Kohlenhydrate, 2948 kJ (705 kcal)