



Kürbissalat mit Feta und Petersilie

Zutaten: 600 g Butternuss-Kürbis, Salz aus der Mühle, Pfeffer aus der Mühle, 2-3 EL gutes Olivenöl, ½ Bund frische Petersilie, alternativ bietet sich Minze an. 100 g Feta (45 % Fett i. Tr.), 1 EL Ahornsirup, 1 EL frisch gepressten Zitronensaft, 1 EL Bio-Apfelessig

Zubereitung: Kürbis schälen, entkernen und quer in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Scheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen, salzen, pfeffern, mit 1 EL Öl beträufeln und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 20 Minuten garen.

Inzwischen die Petersilie waschen, trocknen und abzupfen. Den Feta nicht zu klein zerbröseln.

Kürbisscheiben eventuell noch mal in Stücke schneiden, falls zu groß für die Weckgläser.

Kürbisstücke vorsichtig mit Petersilie und Feta in einer Schüssel vermischen.

Alles in die Gläser gleichmäßig füllen und mit Ahornsirup, Zitronensaft, Essig und restlichem Öl beträufeln. Eventuell noch salzen, pfeffern

Im Kühlschrank einige Stunden ziehen lassen und im Glas servieren