2B

Vegetarian

Rucola mit Ziegenkäse, frischer Feige und Pekannüssen

Zubereitungszeit
5 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Den Rucola auf einem Teller anrichten und Gurke, Feigenspalten und Pekannüsse darüber verteilen. Dann den Ziegenkäse über den Salat zerbröckeln und mit Balsamicoessig besprenkeln.

Zutaten

- [ ] 90-100 g frischer Ziegenkäse
- [ ] 50 g Rucola
- [ ] ¼ Gurke in Stücken
- [ ] 1 frische Feige in Spalten
- [ ] 5 Pekannüsse, geröstet
- [ ] 1 EL Balsamicoessig

Nährwerte pro Person

Energie	**401 kcal**
Kohlenhydrate	**14 g**
Fett	**29 g**
Eiweiß	**17 g**