



Spinatsalat mit Feigen und Ziegenfrischkäse

Zutaten

- 200 g Babyspinat
- 150 g Feigen, frisch
- 40 g Schalotten
- 60 g Pinienkerne
- 3 EL THOMY Reines Rapsöl
- 2 EL weißer Aceto Balsamico
- 2 TL MAGGI Würzmischung 6 - Pasta & Pizza
- 80 g Ziegenfrischkäse

Zubereitung

1. Spinat putzen, waschen und trocken schleudern.
Feigen putzen, waschen und in Würfel schneiden.
Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden.
2. In einer Pfanne ohne Fett Pinienkerne rösten.
3. Für das Dressing: THOMY Reines Rapsöl mit Aceto Balsamico und MAGGI Würzmischung 6 verrühren.
Feigen- und Schalottenwürfel unterrühren. Den Spinat vorsichtig mit dem Dressing mischen.
4. Ziegenfrischkäse über den Salat bröseln. Den Salat auf Tellern anrichten und mit den Pinienkernen garniert servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	16 g
Energie	462 kcal
Fett	37 g
Protein	16 g

🕒 15 Minuten
⊕ 2 Portionen