



Knuspriger Trakayakäse

mit Linsen-Spinat-Salat



20-30Min.



2 Personen

Zartschmelzender Käse im Knusper-Mantel? Du hast richtig gehört! Der würzige Trakayakäse wird mit Panko-Paniermehl ummantelt und dann in der Pfanne kross gebacken. Dazu gibt es einen leichten Salat aus grünen Linsen, Baby Spinat und Kirschtomaten.

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Kirschtomaten
- Frischer Dill
- 1 Packung mittelscharfer Senf ¹⁰
- 1 Trakaja Käse Feta Art ⁷
- 1 Packung Baby Spinat
- 2 Päckchen Panko ¹
- 1 Packung Honig
- 1 Päckchen Sieglindes Erdäpfelgewürz
- 1 Packung Grüne Linsen
- 1 Zitrone, unbehandelt

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹

Küchenutensilien

- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- mittlerer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 770.0kcal, Fett 37.5g, Eiweiß 34.0g, Kohlenhydrate 65.6g



1. Linsen kochen

In einem mittleren Topf 1L Wasser zum Kochen bringen. Die **Linsen** darin ca. 20-25Min. bissfest gar kochen. Durch ein Sieb abgießen.



4. Käse panieren

Den **Käse** in vier Teile schneiden, von allen Seiten mit der **restlichen Gewürzmischung** einreiben. In einer kleinen Schüssel 2EL Mehl mit 50ml Wasser zu einem **zähflüssigen Teig** verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Den **Käse** nun erst durch den **Teig** ziehen und dann im **Panko** wenden.



2. Dressing zubereiten

Inzwischen die **Schale der Zitrone** abreiben und den **Saft** auspressen. In einer großen Schüssel den **Honig, Senf, 1TL der Gewürzmischung, 1TL Zitronenabrieb, 3-4EL Zitronensaft, 1EL Essig** sowie 3EL Olivenöl gut vermischen.



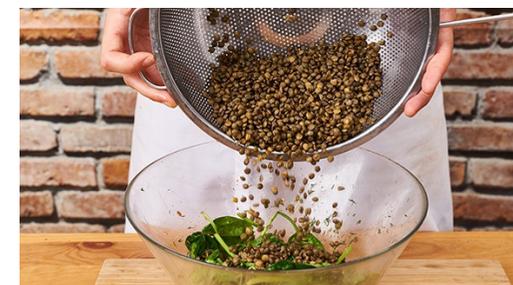
5. Käse braten

Nun in einer mittleren Pfanne 1-2EL Olivenöl mittelhoch erhitzen, den **Käse** darin von allen Seiten ca. 2-3Min. knusprig und goldbraun ausbacken.



3. Salat vorbereiten

Den **Dill** ohne harte Stiele fein schneiden. Die **Tomaten** halbieren. Zusammen mit dem **Spinat** in die Schüssel zu dem **Dressing** geben, aber noch nicht vermischen.



6. Salat mischen

Die **Linsen** nun zu dem **Salat** geben und alles gut durchmischen. Den **Käse** obendrauf servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**