



Feiner Kartoffel-Spinat-Stampf

mit zweierlei Tomaten und Pinienkernen



ca. 25min



2 Personen

Wer kennt und liebt sie nicht, die wundervollen Aromen der italienischen Küche? Allen voran: frisches Basilikum, fruchtig-süße Tomaten und feine Pinienkerne. Aber wir wären nicht Marley Spoon, wenn wir nicht über Teller- und Ländergrenzen hinweg schauen würden. Prego! Die italienischen Vertreter treffen heute nämlich auf den niederländischen Eintopf-Klassiker „Stamppot“. Eine wahrhaft köstliche Liaison!

- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 20g Basilikum
- 1 Packung getrocknete Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Pinienkerne
- 250g Kirschtomaten
- 100g Babyspinat
- 50g Rucola

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backöfen und Auflaufform
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Sparschäler
- Kartoffelstampfer
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Energie 535kcal, Fett 28.9g,
Kohlenhydrate 50.0g, Eiweiß 16.3g



1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** schälen, in 2-3cm große Würfel schneiden und in einem mittelgroßen Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Dann 15-20Min. kochen lassen, bis die **Kartoffeln** gar sind. In ein Sieb abgießen, dabei **100-200ml Kochwasser** auffangen. Die **Kartoffeln** zurück in den Topf geben und warm halten.



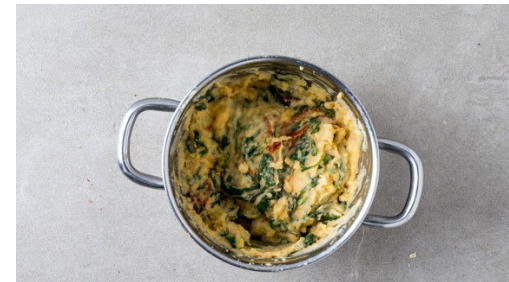
4. Spinat anbraten

Den **Knoblauch** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 30Sek. anrösten. Die **getrockneten Tomaten** dazugeben und 1–2Min. mitbraten, bis der **Knoblauch** weich ist. Dann auch den **Spinat** portionsweise in die Pfanne geben und unter Rühren zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.



2. Zutaten vorbereiten

Den **Käse** fein reiben. Die **Basilikumblätter** abzupfen und grob schneiden. Die **getrockneten Tomaten** in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Pinienkerne** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett 2-3Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell verbrennen. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen. Die Pfanne aufbewahren.



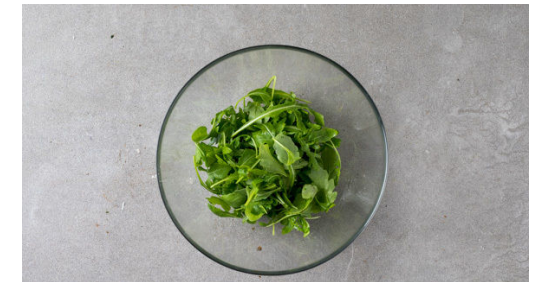
5. Kartoffeln stampfen

Die **Kartoffeln** mit der **1/2 des Käses** und ca. **100ml Kochwasser oder mehr** zu einem cremigen **Püree** stampfen. Den **Spinat** und das **Basilikum** unterrühren und den **Stamppot** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Tomaten rösten

Die **Kirschtomaten** mit 1EL Olivenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer in einer Auflaufform würzen und 10-12Min. im Ofen rösten, bis die Schale aufplatzt.



6. Salat zubereiten

Den **Rucola** mit 1TL Olivenöl, 1-2TL hellem Essig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer mischen. Den **Stamppot** mit den **Kirschtomaten** anrichten und mit den **Pinienkernen** und dem **restlichen Käse** garniert servieren. Den **Rucolasalat** dazu reichen.