

Feiner Kartoffel-Spinat-Stampf

mit zweierlei Tomaten und Pinienkernen



ca. 25min



3-4 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 „Stampot“. Eine wahrhaft köstliche Liaison!

Was du von uns bekommst

- 2 Packungen mehligkochende Kartoffeln
- 3 Stückchen Hartkäse 3,7
- 20g Basilikum
- 1 Packung getrocknete Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 20g Pinienkerne
- 500g Kirschtomaten
- 200g Babyspinat
- 50g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

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

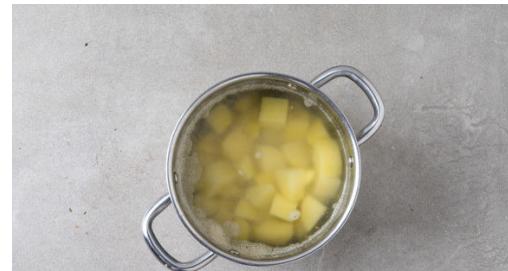
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

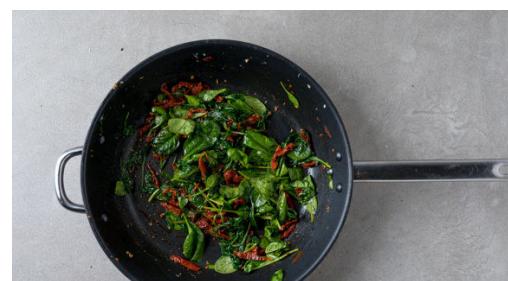
Nährwertangaben pro Portion

Energie 456kcal, Fett 21.6g, Kohlenhydrate 48.8g, Eiweiß 14.0g



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 ca. **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. **150ml Kochwasser oder mehr** zu einem cremigen **Püree** stampfen. Den **Spinat** und das **Basilikum** unterrühren und den **Stampfot** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Tomaten rösten

Die **Kirschtomaten** mit 2EL Olivenöl sowie je 1 kräftigen 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 **Stampfot** mit den **Kirschtomaten** anrichten und mit den **Pinienkernen** und dem **restlichen Käse** garniert servieren. Den **Rucolasalat** dazu reichen.