



## Portobello-Pilze mit Crumble

dazu Kartoffeln, Rote Beete und Pesto

30-40min 2 Personen

Bei diesem Gericht hat sich unsere Kollegin Diana so richtig mit ihren Lieblings-Marley Spoon-Zutaten ausgetobt. Und wir können es kaum erwarten, diese zu verspeisen! Denn diese Mischung aus saftigem Ofengemüse mit Karotten, Roter Beete und Kartoffeln wird getoppt mit gegrillten Portobello-Pilzen, die mit einem Mandel-Hafer-Crumble gefüllt werden. Dazu gibt es ein veganes Spinat-Pesto.

## Was du von uns bekommst

- 2 Portobello-Pilze
- 1 Packung Baby Spinat
- 1 Netz festkochende Kartoffeln
- 1 Rote Beete
- 1 Packung Karotten
- 1 Päckchen Mandeln <sup>1,6</sup>
- Frische Petersilie & Oregano
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- 1 rote Zwiebel
- 1 Päckchen Sojasauce <sup>1,6</sup>
- 1 Packung Haferflocken <sup>1</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl <sup>1</sup>

## Küchenutensilien

- 2 Backbleche
- Backofen mit Ober-/Unterhitze oder Grill
- Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

### Kochtipp

Vorsicht! Da Rote Beete stark färbt, beim Schälen am besten Handschuhe tragen.

### Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 660.0kcal, Fett 24.7g, Kohlenhydrate 78.2g, Eiweiß 19.8g



**1. Pilze marinieren**

Den Umluftofen auf 200°C vorheizen. Die **Pilze** mit einer Bürste oder etwas Küchenkrepp von evtl. Schmutz befreien und mit 1EL Olivenöl, **Sojasauce** und 1 Prise schwarzem Pfeffer vorsichtig mischen, bis die ganzen **Pilze** mit der **Marinade** bedeckt sind. Vorerst zur Seite stellen.



**2. Gemüse rösten**

Die **Kartoffeln** ggfs. schälen und in ca. 2-3cm große Würfel schneiden. Die **Karotten**, **Zwiebel** und **Rote Beete** schälen. Die **Karotten** in ca. 1cm dicke Scheiben, die **Zwiebel** und **Rote Beete** halbieren und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Das **Gemüse** mit **Oregano-Zweigen**, Salz, Pfeffer und 1El Olivenöl mischen und für ca. 30Min. auf einem Backblech im Ofen rösten.



**4. Pesto mischen**

Nun den **Spinat** mit der **Petersilie**, **Knoblauch**, den **restlichen Mandeln**, **1-2EL Zitronensaft** und 1El Olivenöl mit einem Stabmixer zu einer **Pesto** pürieren, mit Salz und Pfeffer und ggfs. mehr **Zitronensaft** abschmecken. Ggf. etwas Wasser hinzufügen, bis das **Pesto** die gewünschte Konstanz hat.



**5. Pilze rösten**

Zur Hälfte der Backzeit, das **Gemüse** im Ofen einmal wenden. Die **marinierten Pilze** auf ein zweites, mit Backpapier ausgelegtes Backblech mit dem Deckel nach unten legen und über dem **Gemüse** im Ofen für ca. 10-12Min. mitrösten.



**3. Crumble mischen**

In der Zwischenzeit den **Knoblauch** schälen und vierteln. Die **Zitrone** halbieren, **eine Hälfte** entsaften, die **zweite** in Spalten schneiden. **Eine Hälfte der Mandeln** mit dem Messer hacken und mit **50g Haferflocken**, 1-2 EL Olivenöl, 1 Prise Salz und 1-2EL Mehl mischen.



**6. Crumble grillen**

Nach Ablauf der Backzeit, die **Pilze** heraus nehmen und mit dem **Mandel-Crumble** füllen. Den Ofen auf die Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze umstellen und für die letzten ca. 4-5Min. im obersten Drittel des Ofens grillen. Das **Ofengemüse** mit den **Pilzen**, der **Pesto** und den **Zitronenspalten** servieren.