



Orientalische Röstkartoffeln

mit Tahinidressing und Pinienkernen



20-30min



3-4 Personen

Süßkartoffeln, Kartoffeln und Karotten backen im Ofen, während du das cremige Tahinidressing zubereitest. Es verfeinert den Spinatsalat als auch das geröstete Gemüse und schmeckt besonders fein. Granatapfelmelasse, frischer Zitronenabrieb und geröstete Pinienkerne setzen köstliche Akzente.

- 3 Süßkartoffeln
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Karotten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Päckchen gemahlener Kreuzkümmel
- 3 rote Zwiebeln
- 100g Babyspinat
- 50g Tahini ¹¹
- 1 unbehandelte Zitrone
- 30g Pinienkerne
- 1 Päckchen Granatapfelmelasse

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Allergene
Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 660kcal, Fett 25.7g,
Kohlenhydrate 85.9g, Eiweiß 14.4g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffeln** und die **Kartoffeln** samt Schale in 2-3cm breite Spalten schneiden. Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und in 3-4cm lange Scheiben schneiden. Das **Gemüse** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben.



Den **ungeschälten Knoblauch** ebenfalls auf das Backblech geben. Das **Gemüse** mit dem **Kreuzkümmel**, 2EL Olivenöl sowie je ½TL Salz und Pfeffer vermengen und im Ofen 15-20Min. rösten, bis die **Kartoffeln** an den Rändern knusprig braun sind. Den **Knoblauch** nach ca. 5Min. vom Blech nehmen und abkühlen lassen.



Inzwischen die **Zwiebeln** schälen, vierteln und die einzelnen Schichten trennen. Den **Spinat** ggf. verlesen.



Die **Zwiebeln** mit 1EL Olivenöl vermengen, zu den **Kartoffeln** auf das Backblech geben und 8-10Min. mitbacken, bis sie an den Enden goldbraun sind. Ggf. ein zweites Blech verwenden.



Den gebackenen **Knoblauch** schälen und mit dem **Tahini**, 4-5EL Wasser und 1 Prise Salz in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einem leicht dickflüssigen **Dressing** pürieren, dabei ggf. löffelweise Wasser zugeben. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Das **Dressing** mit **Zitronensaft** und Salz abschmecken.



In den letzten 2-3Min. der Backzeit die **Pinienkerne** zum Anrösten auf das Backblech geben. Den **Spinat** mit der **½ des Dressings** vermengen. Das **Ofengemüse** mit dem **Spinat** auf Teller verteilen und mit dem **restlichen Dressing** sowie der **Granatapfelmelasse** nach Geschmack beträufeln. Mit der **Zitronenschale** garnieren und servieren.