



Mediterrane Kartoffeln mit Olivenpesto und gegrillten Tomaten



30-40min



2 Personen

Ein Gericht, das an warme Sommerabende denken lässt: Aromatisch gegrillte Knoblauch-Tomaten treffen auf einen würzigen Kartoffelsalat mit Rucola und ein leckeres Cashew-Oliven-Pesto. Wir müssen uns auch nicht lange gedulden – dieser Sonnenschein von Salat steht ratzfatz auf dem Tisch.

- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung Babykartoffeln
- 20g Basilikum & Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 50g Cashewkerne ¹⁵
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung grüne Oliven
- 2 Tomaten
- 100g Rucola

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

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

Allergene
Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 629kcal, Fett 40.6g,
Kohlenhydrate 55.6g, Eiweiß 9.7g



Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Die **Kartoffeln samt Schale** je nach Größe ggf. halbieren und mit den **Zwiebeln** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Das **Gemüse** mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen und ca. 25Min. im Ofen rösten.



Die **Tomaten** halbieren. Den **restlichen Knoblauch** mit 1 EL Olivenöl und 1 Prise Salz verrühren und die Schnittseiten der **Tomaten** mit etwas **Knoblauchöl** bepinseln.



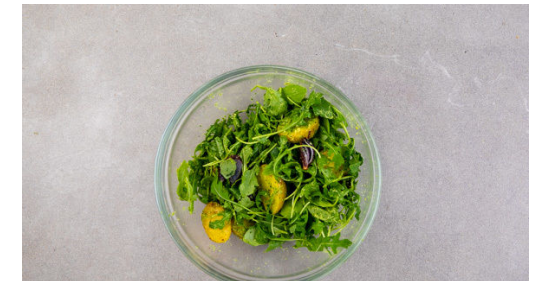
Inzwischen die **Kräuter samt Stängeln** grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **½ der Cashews** grob hacken. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. **Tipp:** Übrige Cashews als Snack naschen.



Eine Grillpfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und die **Tomaten** mit den Schnittseiten nach unten 7-8Min. grillen. Es sollten deutliche Röstspuren entstehen.
Tipp: Wer keine Grillpfanne hat, kann auch eine normale Pfanne verwenden.



Die **Oliven**, die **Kräuter**, die **½ des Knoblauchs**, die **Cashews**, **½ TL Zitronenschale**, **1 EL Zitronensaft**, **2 EL Olivenöl** und **1-2 EL Wasser** in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer zu einem glatten **Pesto** pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die gebackenen **Kartoffeln** und **Zwiebeln** mit dem **Rucola** vermengen. Ca. **¾ des Pestos** untermischen und den **Salat** auf Teller verteilen. Je **2 Tomatenhälften** auf dem **Salat** anrichten, nach Belieben mit dem **restlichen Pesto** garnieren und servieren.