



Griechisches Ofengemüse mit Feta

mit Oliven und Joghurt-Minze-Dip



30-40min



2 Portionen

Bequemlichkeit ist des Menschen Freund und Laster, wenn aber ein Gericht wie dieses dabei rauskommt, eindeutig eher Ersteres! Der Ofen macht heute nämlich die meiste Arbeit. Frische Kartoffeln, Paprika und Aubergine werden mit Gewürz gemischt und anschließend knusprig gebacken. Serviert werden sie mit einem zitronigen Oliven-Topping und frischem Joghurtdressing mit Minze - und das war's schon. Ehrlich!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 1 große Aubergine
- 1 Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Pck. grüne Oliven
- 10g Minze
- 1 Becher Joghurt¹
- 100g Feta¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Küchenreibe

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

Allergene

Milch (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 669kcal, Fett 37.4g, Kohlenhydrate 64.3g, Eiweiß 19.1g



1. Kartoffeln vorbacken

Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in 1-2cm breite Spalten schneiden. Die **Aubergine** längs halbieren und in 1-2cm große Würfel schneiden. Die **Kartoffeln** und die **Auberginenwürfel** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl, ½TL Salz und 1 Prise Pfeffer vermengen und 10-15Min. im Ofen vorbacken.



4. Würzöl zubereiten

Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder reiben. Die **Zitronenschale** fein abreiben. Die **Oliven** fein hacken und mit der **½ des Knoblauchs**, **1TL Zitronenschale**, der **übrigen Gewürzmischung** und 1EL Olivenöl vermengen. **Tipp:** Wer keinen rohen **Knoblauch** mag, kann den **Knoblauch** vorher ca. 30Sek. in einer kleinen Pfanne mit etwas Olivenöl braten.



2. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Spalten schneiden.



5. Joghurt verfeinern

Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Den **Joghurt** mit der **Minze** und dem **restlichen Knoblauch verrühren** und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Ofengemüse fertigstellen

Nach 10-15Min. Backzeit die **Paprika**, die **Zwiebeln**, **1-2TL Gewürzmischung** und 1TL Olivenöl auf dem Blech mit den **Kartoffeln** und den **Auberginen** vermengen und das **Gemüse** noch 10-15Min. backen, bis alles goldbraun und gar ist.



6. Anrichten und servieren

Das **Ofengemüse** auf Teller verteilen und nach Belieben mit dem **Würzöl** beträufeln. Den **Feta** darüberkrümeln. Die **Zitrone** in Spalten schneiden und mit ggf. übrigem **Würzöl** und dem **Joghurt** dazu reichen.