



Special: Poutine mit Sumach-Gemüse und Käse

und würziger Champignonsauce



ca. 50min



3-4 Personen

Poutine ist mit das Beste, was Fast-Food-Liebhabern passieren kann. In Kanada – genauer gesagt in Québec – geboren, überzeugt die Pommesspezialität heute Menschen auf der ganzen Welt. Davor machen natürlich auch wir nicht Halt und wie immer gibt's bei uns eine besonders leckere Marley-Spoon-Variante: in diesem Fall mit herzhaft-cremiger Pilzsauce, gebratenem Sumach-Gemüse und natürlich Käse, denn ohne den geht's nicht.

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 500g braune Champignons
- 3 Lauchzwiebeln
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 2 Zwiebeln
- 2 Paprika
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 1 Päckchen Sumach
- 100g Babyspinat
- 100g mittelalter Gouda, gerieben ⁷

Was du zu Hause benötigst

- 100ml Milch ⁷
- 4EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- große Pfanne mit Deckel
- Messbecher

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

Kochtipp

Je nach Ofen die Position der Bleche nach der Hälfte der Backzeit tauschen.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 641kcal, Fett 33.1g, Kohlenhydrate 64.5g, Eiweiß 20.1g



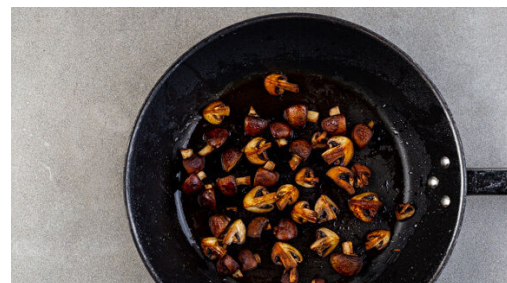
1. Pommes backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 1cm dicke, pommesartige Stifte schneiden, auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche verteilen und jeweils mit 1EL Olivenöl und ½TL Salz vermengen. Die **Pommes** gleichmäßig auf dem Blech verteilen, sodass sie sich möglichst wenig berühren, dann 18-20Min. im Ofen backen. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



4. Sauce zubereiten

4EL Mehl und das **Brühgewürz** unter die **Pilze** mengen. Bei niedriger Hitze langsam 500ml Wasser und 100ml Milch angießen, dabei stetig rühren. Die **Sauce** 2-3Min. einköcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren abgedeckt warm halten.



2. Pilze braten

Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. Das **Lauchzwiebelweiß** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 2Min. anbraten. Die **Pilze** hinzugeben und bei mittlerer bis starker Hitze 8-10Min. braten. Während der letzten 2-3Min. die **Sojasauce**, 2EL Balsamicoessig und 1 kräftige Prise Pfeffer unterrühren.



5. Käse hinzufügen

Die **Pommes** aus dem Ofen nehmen und mit dem **Käse** bestreuen, dann zurück in den Ofen geben und weitere 3-5Min. backen, bis der **Käse** geschmolzen ist.



3. Paprika braten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** und die **Paprika** in einer zweiten großen Pfanne mit 2EL Olivenöl sowie 1TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer bei mittlerer Hitze 10-12Min. anbraten. Gelegentlich umrühren.



6. Spinat unterheben

Sobald die **Zwiebeln** und die **Paprika** gar sind, den **Sumach** unterrühren und die Pfanne vom Herd nehmen. Den **Spinat** vorsichtig unterheben. Es macht nichts, wenn nicht alle **Spinatblätter** zusammenfallen. Die **Pommes** auf Teller verteilen, die **Sauce** und das **Gemüse** darüber verteilen und die **Poutine** mit dem **Lauchzwiebelgrün** servieren.