



Knusprige Brokkoli-Kartoffeln

mit Feta und Kräuter-Zitronen-Creme



30-40Min.



2 Personen

Heute haben wir ein feines Ofengericht für dich, das mit knackigem Brokkoli, knusprigen Kartoffeln, cremigem Hirtenkäse und frischen Kräutern wunderbar leicht und aromatisch ist. Dazu gibt es einen erfrischenden Joghurt-Zitronen-Dip.

Was du von uns bekommst

- 500g festkochende Kartoffeln
- 1 Brokkoli
- 25g frische Petersilie & Oregano
- 1 rote Jalapeño-Chilischote
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Fetakäse ⁷
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 694.0kcal, Fett 36.2g, Eiweiß 29.6g, Kohlenhydrate 53.6g



1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen, gleichmäßig verteilen und ca. 20-25Min. im Ofen backen.



4. Gemüse backen

Die **Kartoffeln** aus dem Ofen nehmen, mit dem **Brokkoli**, den **Zitronenscheiben**, der **Chili**, dem **Oregano** und nach Wunsch 1 weiteren EL Olivenöl mischen und alles ca. 10-15Min. im Ofen backen, bis die **Kartoffeln** und der **Brokkoli** gar sind. Die letzten ca. 2-3Min. den **Feta** über das **Gemüse** geben und mitbacken.



2. Brokkoli schneiden

Inzwischen den **Brokkoli** in ca. 2-3cm große Stücke schneiden. Die **Oreganoblättchen** von den Stängeln zupfen. Die **Chilischote** in feine Ringe schneiden, je nach **Schärfewunsch** entkernen.



5. Joghurt mischen

Währenddessen die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Den **Joghurt** mit **1-2TL Zitronensaft**, **1-2TL Zitronenabrieb** und der **Petersilie** mischen und mit schwarzem Pfeffer abschmecken.



3. Zitrone vorbereiten

Die **Zitronenschale** fein abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in feine Scheiben schneiden. Den **Feta** mit den Fingern oder einer Gabel grob zerkrümeln.



6. Anrichten und servieren

Den **Rucola** nach Wunsch halbieren oder klein schneiden und mit 1-2EL Olivenöl, 1EL Essig und schwarzem Pfeffer mischen. Das **Ofengemüse** mit dem **Salat** und der **Joghurt-Zitronen-Creme** anrichten und servieren.