



Ofen-Süßkartoffeln mit Fetasaucе

dazu eine leckere Paprika-Pilz-Pfanne



40-50min



2 Personen

Die klassische Ofenkartoffel bekommt heute ein hübsches neues Kleid. Wir servieren gebackene Süßkartoffel und statt des üblichen Kräuterquarks eine cremige Fetasaucе. Dazu haben sich Pilze und Paprika mit Knoblauch und Kräutermischung fein gemacht. Eine schmackhafte Liaison. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 2 Süßkartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Paprika
- 250g Champignons
- 50g Feta⁷
- 1 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- 3EL Mayonnaise³
- 2½EL Butter⁷
- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß

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

Allergene

Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 687kcal, Fett 41.0g, Kohlenhydrate 64.1g, Eiweiß 16.4g

1

1. Süßkartoffeln vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. 1EL Butter in einer großen Pfanne schmelzen lassen. Die **Süßkartoffeln samt Schale** längs halbieren, mit den Schnittseiten in die Butter tunken und großzügig mit Salz würzen. Die Pfanne samt Butter aufbewahren.

2

2. Süßkartoffeln backen

Die **Süßkartoffeln** mit den Schnittseiten nach unten auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen und 30-35Min. backen, bis sie leicht knusprig und gar sind.

3

3. Gemüse schneiden

Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 1-2cm große Stücke schneiden. Die **Pilze** ggf. säubern und je nach Größe halbieren oder vierteln.

4

4. Gemüse braten

½EL zusätzliche Butter in die Pfanne geben und mittelhoch bis stark erhitzen. Die **Paprika**, die **Pilze** und 1 kräftige Prise Salz zugeben und 10-14Min. braten, bis das **Gemüse** gar ist.

5

5. Fetasaucе zubereiten

Den **Feta** in ein hohes Gefäß zerkrümeln. 3EL Mayonnaise und 1EL Wasser zugeben und alles zu einer feincremigen **Sauce** pürieren.

6

6. Verfeinern und servieren

Den **Knoblauch** mit der **Gewürzmischung** und 1 weiteren EL Butter unter das **Gemüse** rühren und bei niedriger Hitze ca. 1Min. erwärmen. Die **Gemüsepfanne** mit reichlich Pfeffer abschmecken. Das **Gemüse** auf den **Süßkartoffeln** anrichten und mit der **Fetasaucе** beträufelt servieren.