



Feiner Kartoffel-Spinat-Stampf

mit zweierlei Tomaten und Pinienkernen



20-30min



2 Personen

Wer kennt und liebt sie nicht, die wundervollen Aromen der italienischen Küche? Allen voran: frisches Basilikum, fruchtig-süße Tomaten und feine Pinienkerne. Aber wir wären nicht Marley Spoon, wenn wir nicht über Teller- und Ländergrenzen hinweg schauen würden. Prego! Die italienischen Vertreter treffen heute nämlich auf den niederländischen Eintopf-Klassiker „Stamppot“. Eine wahrhaft köstliche Liaison!

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 20g frisches Basilikum
- 1 Packung getrocknete Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Pinienkerne
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Packung Rucola
- 1 Packung Babyspinat

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- große Pfanne
- mittelgroßer Topf
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

Kochtipp

Wer großen Hunger hat, kann auch alle Kartoffeln zubereiten.

Allergene

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

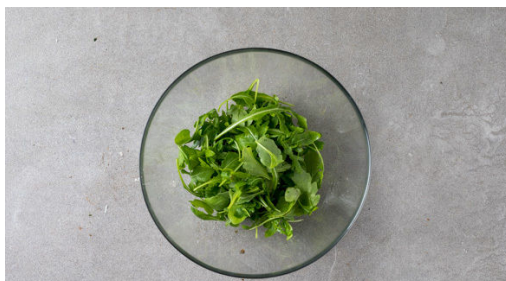
Nährwertangaben pro Portion

Energie 730kcal, Fett 29.3g, Kohlenhydrate 84.8g, Eiweiß 23.0g



1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. **3/4 der Kartoffeln** schälen, in 2-3cm große Würfel schneiden und in einem mittleren Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser zum Kochen bringen, dann 15-20Min. kochen lassen, bis die **Kartoffeln** gar sind. In ein Sieb abgießen, dabei **100-200ml Kochwasser** auffangen. Die **Kartoffeln** zurück in den Topf geben und warm halten.



4. Salat zubereiten

Den **Rucola** mit 1TL Olivenöl, 1-2TL (hellem) Essig sowie 1 Prise Salz und Pfeffer mischen.



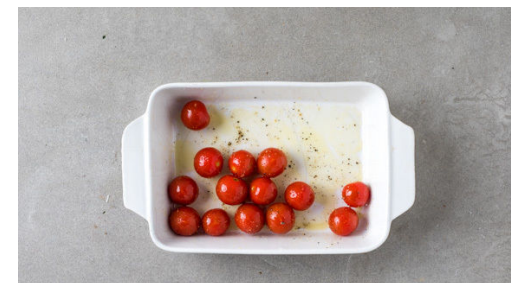
2. Zutaten vorbereiten

Den **Käse** fein reiben. Die **Basilikumblätter** abzupfen und grob schneiden. Die **getrockneten Tomaten** in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Pinienkerne** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett 2-3Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell verbrennen. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen.



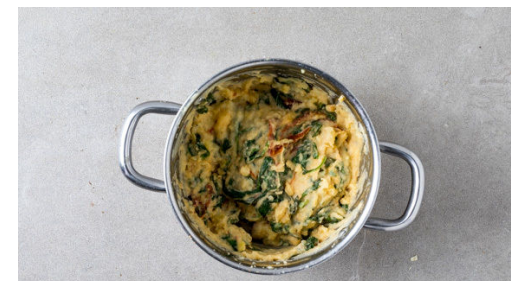
5. Spinat anbraten

Den **Knoblauch** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 30Sek. anrösten. Die **getrockneten Tomaten** dazugeben und 1-2Min. mitbraten, bis der **Knoblauch** weich ist. Dann auch den **Spinat** portionsweise in die Pfanne geben und unter Rühren zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Tomaten rösten

Die **Kirschtomaten** mit 1EL Olivenöl sowie 1 Prise Salz und Pfeffer in einer Auflaufform würzen und 10-12Min. im Ofen rösten, bis die Schale aufgeplatzt.



6. Kartoffeln stampfen

Die **Kartoffeln** mit der **1/2 des Käses** und ca. **100ml Kochwasser oder mehr** zu einem cremigen **Püree** stampfen. Den **Spinat** und das **Basilikum** unterrühren und den **Stamppot** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den **Kirschtomaten** anrichten und mit den **Pinienkernen** und dem **restlichen Käse** garniert servieren. Den **Rucolasalat** dazu reichen.