



RS-KF Buntes Ofengemüse griechische Art

mit frisch-würzigem Tzatziki



30-40min



4 Portionen

Gibt es etwas Besseres als ein Gericht, bei dem man sich zurücklehnen und warten kann, dass es sich praktisch selbst zubereitet? Wohl kaum. Und wenn es dann noch Erinnerungen an die kleine Taverne im griechischen Bergdorf weckt, dann ist sowieso alles perfekt. Lecker gewürzte und im Ofen gebackene Kartoffeln, Zucchini und Tomaten, dazu ein frisches Tzatziki – das ist so ein Gericht. In diesem Sinne: Καλή όρεξη! Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pck. griechische Gewürzmischung
- 1 große Gurke
- 2 Becher Joghurt¹
- 3 Zucchini
- 500g Kirschtomaten

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Küchenreibe

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

Kochtipps

Für ein perfektes Tzatziki die Gurke nach dem Raspeln mit 1 Prise Salz vermengen und in einem Sieb etwas auspressen.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 489kcal, Fett 23.7g, Kohlenhydrate 57.1g, Eiweiß 11.2g



1. Kartoffeln vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die **Gewürzmischung** mit 5EL Olivenöl und der **½ des Knoblauchs** verrühren, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.



2. Kartoffeln backen

Die **Kartoffeln** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit **⅔ des Gewürzöls** vermengen, über das Blech ausbreiten und im Ofen ca. 10Min. rösten.



3. Tzatziki zubereiten

Die **Gurke** grob raspeln und mit dem **Joghurt** und dem **restlichen Knoblauch** verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Zucchini** schräg in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden und auf einem weiteren mit Backpapier ausgelegten Blech mit dem **restlichen Gewürzöl** vermengen.



4. Gemüse rösten

Nach 10Min. Backzeit die **Zucchini** zu den **Kartoffeln** in den Ofen schieben und weitere 12-15Min. backen. Dann die **Tomaten** auf das Zucchiniblech geben und alles ca. 5Min. weiterbacken, bis die **Kartoffeln** gar sind. Je nach Ofenart die Bleche ggf. nach der Hälfte der Backzeit tauschen.



5. Servieren

Das **Röstgemüse** mit dem **Tzatziki** servieren.



6. Killekille mit Dilledille

Wer etwas Dill zu Hause hat, der im Kühlschrank auf seine Verwendung wartet, kann nach Geschmack 1-2TL gehackten Dill in sein Tzatziki rühren. Frischer Dill von der Fensterbank oder aus dem Wintergarten darf es natürlich auch sein!