



Poutine mit würzigem Gemüse und Käse

und aromatischer Champignonsauce



ca. 40min



2 Portionen

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, würzig gebratenem Gemüse und natürlich Käse, denn ohne den geht's nicht.

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 250g braune Champignons
- 1 Lauchzwiebel
- 25ml Tamari-Sojasauce ³
- 1 Zwiebel
- 1 Paprika
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 100g junger Gouda, gerieben ²
- 1 Pck. Gulaschgewürz
- 50g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- 50ml Milch ²
- 2EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ⁴

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- Messbecher

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

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Sojabohnen (3), Schwefeldioxid und Sulphite (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 619kcal, Fett 32.4g, Kohlenhydrate 61.8g, Eiweiß 19.4g



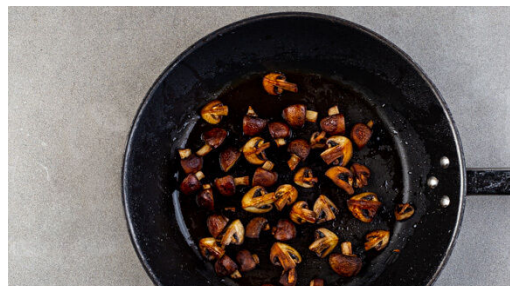
1. Pommes backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 1cm dicke, pommesartige Stifte schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech 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

2EL Mehl und die ½ des **Brühgewürzes** unter die **Pilze** mengen. Bei niedriger Hitze langsam 250ml Wasser und 50ml 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 mittelgroßen Pfanne mit 1EL 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**, 1EL Balsamicoessig und 1 Prise Pfeffer unterrühren.



5. Käse hinzufügen

Die **Pommes** aus dem Ofen nehmen und mit der ½ des **Käses** bestreuen, dann zurück in den Ofen geben und weitere 3-5Min. backen, bis der **Käse** geschmolzen ist. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Käse** verwenden.



3. Paprika braten

Die **Zwiebel** 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 mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl sowie 1/2TL Salz und 1 Prise Pfeffer bei mittlerer Hitze 10-12Min. anbraten. Gelegentlich umrühren.



6. Spinat unterheben

Sobald die **Zwiebeln** und die **Paprika** gar sind, die ½ des **Gulaschgewürzes** 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.