



Mediterrane Kartoffeln mit Olivenpesto

und gegrillten Tomaten



30-40min



2 Portionen

Ein Gericht, das an warme Sommerabende denken lässt: Aromatisch gegrillte Knoblauch-Tomaten treffen auf einen würzigen Kartoffelsalat mit Rucola und ein leckeres Cashew-Oliven-Pesto. Wir müssen uns auch nicht lange gedulden – dieser Sonnenschein von Salat steht ratzfatz auf dem Tisch.

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 1 Pck. Babykartoffeln
- 20g Basilikum & Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 50g Cashewkerne, geröstet & gesalzen^{1,2}
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Pck. grüne Oliven
- 2 Tomaten
- 100g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Grillpfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenpinsel
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene

Erdnüsse (1), Schalenfrüchte (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 686kcal, Fett 46.7g,
Kohlenhydrate 54.2g, Eiweiß 11.9g



1. Gemüse rösten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Die **Kartoffeln samt Schale** je nach Größe ggf. halbieren und mit den **Zwiebeln** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Das **Gemüse** mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen und ca. 25Min. im Ofen rösten.



4. Tomaten vorbereiten

Die **Tomaten** halbieren. Den **restlichen Knoblauch** mit 1EL Olivenöl und 1 Prise Salz verrühren und die Schnittseiten der **Tomaten** mit etwas **Knoblauchöl** bepinseln.



2. Pesto vorbereiten

Inzwischen die **Kräuter samt Stängeln** grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Cashews** grob hacken. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



5. Tomaten grillen

Eine Grillpfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und die **Tomaten** mit den Schnittseiten nach unten 7-8Min. grillen. Es sollten deutliche Röstspuren entstehen. **Tipp:** Wer keine Grillpfanne hat, kann auch eine normale Pfanne verwenden.



3. Pesto pürieren

Die **Oliven**, die **Kräuter**, die **½ des Knoblauchs**, die **Cashews**, **½TL Zitronenschale**, **1EL Zitronensaft**, 2EL Olivenöl und 3-4EL Wasser in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer zu einem glatten **Pesto** pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Salat fertigstellen

Die gebackenen **Kartoffeln** und **Zwiebeln** mit dem **Rucola** vermengen. Ca. **¾ des Pestos** untermischen und den **Salat** auf Teller verteilen. Je **2 Tomatenhälften** auf dem **Salat** anrichten, nach Belieben mit dem **restlichen Pesto** garnieren und servieren.