

# MARLEY SPOON



## RS Rauchwurst mit Ofengemüse

fruchtig-fein mit Ananas und Limette



ca. 30min



4 Portionen

Fröhlich und bunt geht es heute Abend am Esstisch zu, wenn du die fruchtig gebackene Gemüsevariation und die deftigen Rauchwürste verkostest. Auf dem Blech tummeln sich Kartoffelwürfel, Paprika- und Zwiebelstreifen sowie saftige Ananasstückchen. Beflügelt von der Partybowl aus Ingwer und Limette tanzen sie Limbo mit den Würstchen und feiern ihre Einmaligkeit. Ein rauschendes Fest mit wenig Abwasch!

## Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Paprika
- 2 Zwiebeln
- 2 Dosen Ananas
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Stücke Ingwer
- 2 unbehandelte Limetten
- 4 Rauchwürste

## Was du zu Hause benötigst

- 4EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

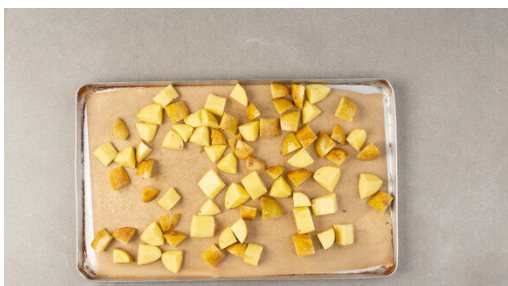
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 764kcal, Fett 48.7g,  
Kohlenhydrate 71.0g, Eiweiß 23.2g



### 1. Kartoffeln backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 2cm große Stücke schneiden, mit 2EL Pflanzenöl sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. In den Backofen geben, auch wenn dieser ggf. noch vorheizt, und 5-7Min. backen.



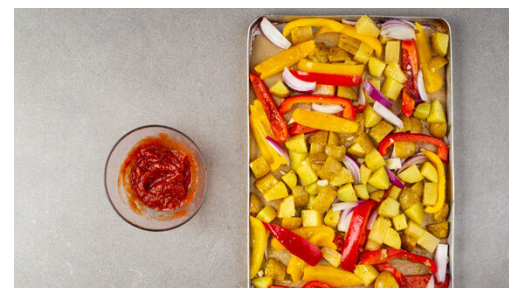
### 4. Würzsauce anrühren

**1TL Ingwer** aufbewahren, den **restlichen Ingwer** mit **4EL Ananassaft**, der **Limettenschale**, dem **Knoblauch**, 4EL Pflanzenöl, 1TL Zucker, 1TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer zu einer **Würzsauce** verrühren.



### 2. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm breite Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in ca. 1cm dünne Spalten schneiden.



### 5. Gemüse mitbacken

Die **Kartoffeln** aus dem Ofen nehmen, die **Paprika**, die **Zwiebeln** und die **Ananas** dazugeben, alles mit der **Würzsauce** vermengen und ca. 15Min. im Ofen backen. Den **restlichen Ingwer** mit 4EL Ketchup zu einem **Dip** verrühren.



### 3. Zutaten vorbereiten

Die **Ananas** in ein Sieb abgießen, dabei den **Saft** auffangen. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Den **Ingwer** schälen und fein reiben. Die **Limettenschalen** abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen.



### 6. Würste mitbacken

Das **Gemüse** nach ca. 15Min. Garzeit aus dem Ofen nehmen und wenden, dann die **Würste** dazugeben und ca. 10Min. mitbacken. Die **Würste** nach der Hälfte der Garzeit ebenfalls wenden. Das **Ofengemüse** ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann mit den **Würsten** auf Teller verteilen und mit dem **Dip** servieren.