



Spanische Tortilla mit Hokkaidokürbis

dazu ein leichter Rucolasalat



40-50min



2 Portionen

Mit dieser herbstlichen Kürbis-Kartoffel-Tortilla begeben wir uns auf eine kulinarische Reise nach Spanien! Unser Lieblingskürbis – ihr wisst schon: der, der nicht geschält werden muss! – verleiht dem spanischen Klassiker eine leicht süßliche Note, die fein mit der milden Peperoni und dem würzigen Hartkäse harmonisiert.

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleiner Bio-Hokkaidokürbis
- 1 rote Zwiebel
- 1 Peperoni
- 4 Bio-Eier ¹
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt ²
- 50g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- 125ml Milch ²
- 2EL Mayonnaise ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- mittelgroße ofenfeste Pfanne mit Deckel
- Messbecher
- Küchenreibe

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

Allergene

Eier (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 728kcal, Fett 51.0g, Kohlenhydrate 39.2g, Eiweiß 25.1g



1. Kartoffeln vorgaren

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **1/2 der Kartoffeln samt Schale** in dünne Scheiben schneiden und in einer mittelgroßen, ofenfesten Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten insgesamt ca. 10Min. abgedeckt dünsten. Die **restlichen Kartoffeln** werden nicht benötigt. **1 Knoblauchzehe** schälen und in feine Scheiben schneiden.



4. Aioli anrühren

Den **restlichen Knoblauch** schälen und fein würfeln. Mit der **Mayonnaise** und 1EL Olivenöl verrühren.



2. Gemüse mitgaren

Den **Kürbis** halbieren, mit einem Löffel entkernen und in ca. 2cm breite Spalten schneiden. **Kürbisspalten** quer in dünne Scheiben schneiden. Nach ca. 5Min. Garzeit die **Kürbis-** und die **Knoblauchscheiben** zu den **Kartoffeln** geben und mitgaren. Die **Zwiebel** schälen, in dünne Ringe schneiden und 2-3Min. mitbraten.



5. Salat zubereiten

Den **Rucola** ggf. verlesen. Aus 1EL Olivenöl, **1-2EL Himbeeressig** sowie Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker ein **Dressing** anrühren und mit dem **Rucola** vermengen.



3. Tortilla fertigstellen

Die **Peperoni** in dünne Ringe schneiden. Die **Eier** aufschlagen, mit ca. **150ml Milch** verrühren und mit 1/2TL Salz und Pfeffer würzen. Den **Käse** fein reiben. Die **1/2 der Peperoni** unter das **Gemüse** mischen, dann mit dem **Eierguss** begießen und den **Käse** darauf verteilen. Die **Tortilla** im Ofen 15-18Min. backen.



6. Anrichten und servieren

Die **Tortilla** kurz auskühlen lassen, dann vorsichtig in der Pfanne schneiden. Mit etwas **Salat** und ggf. der **restlichen Peperoni** garnieren und mit dem **restlichen Salat** und der **Aioli** servieren.