MARLEY SPOON

Veggie-Schnitzel mit Kartoffelsalat

mit Spinat und Tomaten

ca. 20min 1 Portion

Der Hunger ist groß, aber die Zeit knapp? Kein Problem! Sanft gegarte Kartoffeln und Babyspinat verwandeln sich in wenigen Minuten (und mit einem köstlichen Dressing aus Crème fraîche und einer raffinierten Kräutermischung) in einen erfrischenden Salat, der sich neben ein paar fruchtigen Tomaten räkelt. Der Star des Abends: knuspriges veganes Hähnchenschnitzel, welches mit einem Klecks Crème fraîche serviert wird. Mmh!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. mehligkochende Kartoffeln
- 1 Tomate
- 2 vegane Hähnchenschnitzel [1]
- 1 Becher Crème fraîche [2]
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 100g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- ½TL Senf [3]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- 7½ml Essig
- Balsamicoessig [4]

Küchenutensilien

- kleiner Topf
- kleine Pfanne
- Sparschäler
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Senf** (3), **Schwefeldioxid und Sulphite** (4).

Detaillierte Informationen zu den Zutaten marleyspoon.de

Nährwertangaben pro Portion
Energie 557kcal, Fett 18.9g, Kohlenhydrate 67.8g, Eiweiß 23.7g

1. Kartoffeln kochen

In einem kleinen Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **½ der Kartoffeln** schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln, dann in das kochende Wasser geben und in 15–20Min. gar kochen. Die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben.

2. Tomate vorbereiten

Die **Tomate** in ca. 2cm breite Spalten schneiden, mit ½EL Balsamicoessig und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen und beiseitestellen.

3. Schnitzel braten

1 veganes Hähnchenschnitzel in einer kleinen Pfanne mit ½EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 5–7Min. braten, bis es beidseitig goldbraun und knusprig ist.

4. Kartoffelsalat zubereiten

Die **½ der Crème fraîche** mit der **½ der Gewürzmischung**, ½TL Senf und ½EL hellem Essig verrühren und das **Dressing** mit dem **Spinat** vorsichtig unter die **Kartoffeln** heben. Den **Kartoffelsalat** mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Schnitzel schneiden

Das **Schnitzel** in Streifen schneiden.

6. Anrichten und servieren

Das **Schnitzel** mit dem **Kartoffelsalat** und den **Tomaten** anrichten und servieren.
1EL Crème fraîche als **Dip** für das **Schnitzel** dazu reichen.