MARLEY SPOON



Spanische Tortilla mit Hokkaidokürbis

dazu ein leichter Rucolasalat

40-50min 3 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 harmoniert.

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 kleiner Bio-Hokkaidokürbis
- 1 rote Zwiebel
- 1 Peperoni
- 6 Bio-Eier [1]
- 2 Pck. Hartkäse, gehobelt [2]
- 100g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- 190ml Milch [2]
- 3EL Mayonnaise [1]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- große ofenfeste Pfanne mit Deckel
- Küchenwaage
- Küchenreibe

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

Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Milch** (2).

Kann Spuren enthalten von: Senf

Nährwertangaben pro Portion
Energie 689kcal, Fett 48.9g, Kohlenhydrate 39.4g, Eiweiß 22.5g



1. Kartoffeln vorgaren

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. **330g Kartoffeln samt Schale** in dünne Scheiben schneiden und in einer großen, ofenfesten Pfanne mit 2½EL Olivenöl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten insgesamt ca. 10Min. abgedeckt dünsten. **1 Knoblauchzehe** schälen und in feine Scheiben schneiden.



2. Gemüse mitgaren

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



3. Tortilla fertigstellen

Die **Peperoni** in dünne Ringe schneiden. Die **Eier** aufschlagen, mit **190ml Milch** verquirlen und mit mit 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen. Den **Käse** fein hacken. Die **½ der Peperoni** unter das **Gemüse** mischen, dann mit dem **Eierguss** begießen und den **Käse** darauf verteilen. Die **Tortilla** im Ofen in 15–18Min. goldbraun backen.



4. Aioli anrühren

Den **restlichen Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Mit 3EL Mayonnaise und ½EL Olivenöl verrühren.



5. Salat zubereiten

Aus 2EL Olivenöl, 2EL Essig sowie Zucker, Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren und mit dem **Rucola** vermengen.



6. Anrichten und servieren

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