MARLEY SPOON



Süßkartoffeln mit Miso-Pilzen

und limettigem Rucolasalat

40-50min 4 Portionen

Unsere prächtigen Süßkartoffeln staffieren wir heute mit köstlichen Austernpilzen aus. Sie werden in der Pfanne gebraten und mit einer rauchigen Misosauce überzogen, bevor sie auf der süßlichen Knolle landen und im Ofen mit mildem Gouda überbacken werden. Ein frischer, limettiger Rucolasalat mit Lauchzwiebeln bringt zusätzlich ein bisschen Sonnenschein auf deinen herbstlich gestimmten Teller. Lass es dir schmecken!

Was du von uns bekommst

- 4 Süßkartoffeln
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Knoblauchzehen
- 500g Austernpilze
- 50g Misopaste [3]
- 1 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 100g junger Gouda, gerieben [1]
- 2 Lauchzwiebeln
- 200g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- 4TL Honig
- 2TL Senf [2]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenpinsel
- Zitruspresse

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

Allergene
Enthält: **Milch** (1), **Senf** (2), **Sojabohnen** (3).

Kann Spuren enthalten von: Gluten, Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 560kcal, Fett 32.1g, Kohlenhydrate 50.1g, Eiweiß 16.3g



1. Süßkartoffeln backen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffeln samt Schale** längs halbieren und mit einer Gabel mehrfach einstechen. Die **Süßkartoffelhälften** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und mit 4EL Olivenöl bestreichen sowie mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Im vorgeheizten Ofen 30–35Min. backen.



2. Zutaten vorbereiten

1 Limette halbieren und auspressen, die **andere Limette** in 4 Spalten schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die **Pilze** ggf. säubern, dann die größeren Stücke mit den Händen auseinanderzupfen.



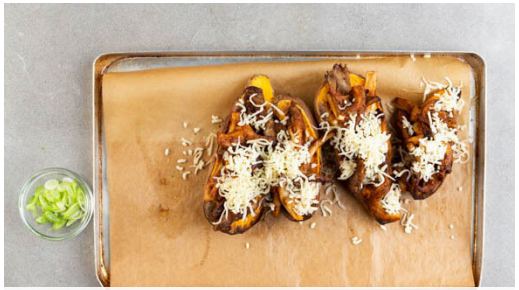
3. Sauce anrühren

Den **Knoblauch**, die **Misopaste**, **2TL Limettensaft**, das **Paprikapulver**, 2TL Honig und 2EL Wasser zu einer **Sauce** verrühren.



4. Pilze anbraten

Die **Pilze** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze in 7–9Min. weich und glänzend anbraten, dann die **Sauce** zugießen und unterheben, bis die **Pilze** gleichmäßig überzogen sind. Die Pfanne vom Herd nehmen.



5. Süßkartoffeln gratinieren

Die **Süßkartoffelhälften** mit **je 2-3EL der Pilze** belegen und den **Käse** darüber verteilen. Im Ofen weitere 4–7Min. backen, bis der **Käse** goldbraun zerlaufen ist.



6. Salat anmachen

Währenddessen die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. ⅔ **der Lauchzwiebeln** mit 1EL Olivenöl, **2TL Limettensaft**, 2TL Honig und 2TL Senf verrühren, dann den **Rucola** unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Süßkartoffeln** mit den **übrigen Lauchzwiebeln** garnieren und mit dem **Rucolasalat**, den **Limettenspalten** und ggf. **übrigen Pilzen** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**