



Kumpir mit Spinat und Walnusstopping

dazu gemischter Salat



ca. 40min



2 Personen

Der Ursprung des türkischen Streetfood-Lieblings Kumpir spiegelt sich in seinem Namen wider: Die Kartoffel kam nämlich ihrerzeit über Kroatien in die Türkei, und der kroatische Name für die nährnde Knolle lautet - na? Richtig: Kumpir. Oder Krumpir, je nach Dialekt. Aber egal, wo sie herkommt, so eine deftige Backkartoffel mit leckerer Füllung aus Spinat, pikantem Paprikadip und knusprigen Panko-Nüssen ist nie verkehrt!

- 2 Kumpir-Backkartoffeln
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 1 Päckchen vegane Mayonnaise

10,12

- 2 Tomaten
- 100g gemischter Salat
- 1 Knoblauchzehe
- 50g Walnusskerne ¹⁵
- 50g Panko-Paniermehl ¹
- 200g Blattspinat

- 1 TL Senf ¹⁰
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 847kcal, Fett 49.3g,
Kohlenhydrate 82.2g, Eiweiß 18.5g



1. Kartoffeln backen

4. Walnüsse anrösten




2. Dip zubereiten

2. Dip zubereiten

A black frying pan with a silver handle is shown from a top-down perspective. Inside the pan, a pile of bright green spinach leaves is sautéed and glistening with oil. The leaves are slightly wilted and are garnished with small white sesame seeds. The pan is set against a light gray, textured background.

5. Spinat garen



3. Salat vorbereiten

3. Salat vorbereiten

6. Anrichten und servieren

Die **Kartoffeln** mit einer Gabel oder einem Kartoffelstampfer leicht zerdrücken. Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen und mit den **Kartoffeln** auf Teller verteilen. Den **Spinat** auf den **Kartoffeln** anrichten, mit dem **Dip** beträufeln und mit dem **Walnusstopping** garniert servieren.