

# Patatas bravas! Spanische Backkartoffeln dazu Oliven, Rucola, getrocknete Tomaten und Aioli

Vegetarisch unter 650 Kalorien Thermomix hilft • 577 kcal • Tag 3 kochen

22



Kartoffeln (Drillinge)



Geschwärzte Oliven



Hirtenkäse



Kirschtomaten



Aioli



Joghurt



Rucola



getrocknete Tomaten



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

**thermomix**

⚡ 25 [35 | 35] Min.

🕒 35 [45 | 45] Min.

**Gut im Haus zu haben**

Salz\*, Pfeffer\*, Öl\*, Wasser\*, Weißweinessig\*

# Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

## Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Schüssel, 2 kleine Schüsseln, Backpapier und 1 Backblech

## Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	1000 g	1200 g
Geschwärtzte Oliven	50 g	70 g	100 g
Hirtenkäse <b>7</b>	100 g	150 g	200 g
Kirschtomaten	125 g	125 g	250 g
Aioli <b>8</b> <b>9</b>	30 g	50 g	60 g
Joghurt <b>7</b>	75 g	100 g	150 g
Rucola	75 g	100 g	150 g
getrocknete Tomaten	50 g	75 g	100 g
Öl*, Wasser*, Weißweinessig*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\*Gut, im Haus zu haben

\*\*Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

## Durchschnittliche Nährwerte pro

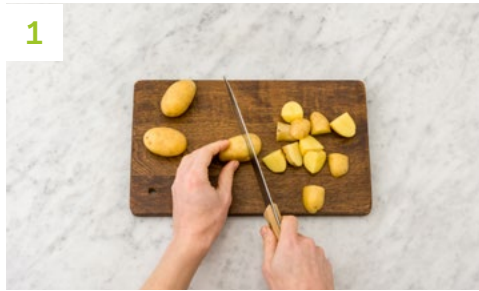
(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 560 g)
Brennwert	430 kJ/103 kcal	2415 kJ/577 kcal
Fett	4,67 g	26,20 g
– davon ges. Fettsäuren	1,55 g	8,67 g
Kohlenhydrate	10,76 g	60,36 g
– davon Zucker	2,06 g	11,56 g
Eiweiß	3,77 g	21,13 g
Salz	0,691 g	3,878 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

**Allergene:** **7** Milch (einschließlich Laktose) **8** Eier **9** Senf

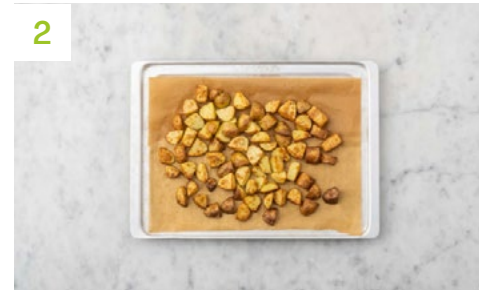
(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)



## Vorbereitung

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Ungeschälte **Kartoffeln** je nach Größe halbieren oder vierteln und in eine große Schüssel geben. Mit 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen, mischen und **Kartoffelstücke** auf einem mit Backpapier belegten Backblech flach verteilen.



## Kartoffeln backen

**Kartoffeln** auf der mittleren Schiene im Backofen 25 – 35 Min. backen bis sie weich und goldbraun sind.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



## In der Zwischenzeit

**Rucola** in mundgerechte Stücke schneiden.

**Kirschtomaten** halbieren.



## Für das Dressing

**Oliven** in Ringe schneiden.

**Getrocknete Tomaten** samt **Öl** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 6** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

1 TL [1,5 TL | T EL] **Essig\***, 10 g [15 g | 20 g] **Wasser\***, **Salz\*** und **Pfeffer\*** zugeben und **10 Sek./Stufe 3** zu einem **Dressing** vermischen.



## Für den Dip

In einer kleinen Schüssel **Aioli** und **Joghurt** vermischen und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** würzen.



## Anrichten

Geschnittenen **Rucola** auf tiefen Tellern verteilen. **Kirschtomatenhälften** und **Oliven** darauf anrichten. Mit **Vinaigrette** beträufeln und den **Hirtenkäse** darüber zerbröseln.

**Kartoffeln** daneben anrichten und mit **Aioli** genießen.

**Guten Appetit!**

Fehlende Zutat?

Lass es uns wissen: Scanne den QR-Code und sag uns, wenn etwas in Deiner Box fehlt!

