

Gefüllte Kartoffeln

Bio Kochbox KW 09



Gefüllte Kartoffeln



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

500 g Kartoffeln
½ Bund Petersilie
1-2 EL Kapern
40 g getrocknete Tomaten in Öl
5 EL Hafer Cuisine
30 g veganer Parmesan

Eigener Vorrat:

Salz, Pfeffer
1 EL Balsamico
3 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 TL Paprikapulver

Zubereitung:

Kartoffeln in der Schale ca. 20 Min. in Salzwasser garen. Petersilie hacken, mit Kapern, Balsamico und 2 EL Öl mischen. Salzen, pfeffern und abgedeckt beiseitestellen.

Kartoffeln längs halbieren und etwas abkühlen lassen. Tomaten abtropfen lassen und hacken. Kartoffelhälften mit einem Teelöffel aushöhlen, dabei einen 1/2 cm breiten Rand stehen lassen. Kartoffelinneres mit einer Gabel zerdrücken.

Knoblauch dazu pressen und mit Paprikapulver, Tomaten, Sahne und Parmesan untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Masse in die Kartoffelhälften füllen. Kartoffeln im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf der 2. Schiene von unten 15 Min. backen. Mit dem Kapernpesto servieren.



Unsere Weinempfehlung
GRÜNER VELTLINER