

MARLEY SPOON



Feta-Gemüse im Pita-Brot

mit Tahinisauce



30-40Min.



2 Personen

Wer Tahini nur als Zutat für Hummus ab tut, verpasst etwas! Die Paste aus gemahlene Sesamkörnern eignet sich als Sauce, Dip oder Brotaufstrich. Heute gibt es die Paste mit Knofi zu gegrillten Kartoffeln, Karotten und Paprika und mit Ducca-Gewürz gemischtem Hirtenkäse im krossen Pita-Brot. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Netz festkochende Kartoffeln
- 1 Packung Ducca-Gewürz ¹¹
- 1 Trakaya Käse Feta Art ⁷
- 1 rote Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Tahini ¹¹
- 1 Packung Pita Brot ¹
- 1 Packung Karotten
- 1 Zitrone, unbehandelt

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech
- Backofen mit Grillfunktion
- Küchenreibe
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 795.0kcal, Fett 29.9g, Eiweiß 28.7g, Kohlenhydrate 93.1g



1. Kartoffeln schneiden

In einem mittleren Topf 1L leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den Grillofen auf 250°C vorheizen. Die **Karotten** und **Kartoffeln** schälen, die **Kartoffeln** in ca.1cm große Würfel schneiden, die **Karotten** längs halbieren und in schräge Scheiben schneiden.



2. Gemüse blanchieren

Sobald das Wasser kocht, die **Karotten** und **Kartoffeln** für ca. 4-5Min. darin kochen, dann abgießen und gut abtropfen lassen.



3. Gemüse grillen

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in feine Streifen schneiden. Die **Paprikastreifen** noch einmal halbieren und gemeinsam mit den **Karotten** und **Kartoffeln** sowie 1-2EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und auf ein Backblech verteilen. Für ca. 10-15Min. im Ofen grillen, bis die **Kartoffeln** gar und das **Gemüse** gebräunt ist.



4. Tahinisauce mischen

Inzwischen die **Schale der Zitrone** abreiben und entsaften. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Den **Knoblauch** mit **2EL Zitronensaft**, 2-3EL Wasser und **Tahini** mischen, bis eine cremige Sauce entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken..



5. Käse mischen

Den **Käse** mit den Händen oder einer Gabel grob zerkrümeln, mit **Ducca-Gewürz** und **Zitronenabrieb** mischen.



6. Brot aufbacken

Das **Pita-Brot** etwas anfeuchten und im Ofen ca.1-2Min. aufbacken. Gemeinsam mit der **Gemüsefüllung** und dem **Tahini** servieren und nach Geschmack füllen.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**