



Kartoffel-Zucchini-Tortilla

mit Tahinicreme und Schnittlauch



30-40Min.



3-4 Personen

Die spanische Tortilla sieht nicht nur beeindruckend aus, sie ist auch noch unglaublich lecker. Und so einfach zuzubereiten: Ab in den Ofen und während du deine Hände reibst in Vorfreude, stockt die Eirmischung mit Zucchini zu einem saftigen Eierkuchen. Dazu servierst du eine würzige Tahinicreme! Das macht so voll, da bleibt sicher noch was für den nächsten Tag übrig!

Was du von uns bekommst

- 3 Zucchini
- 1 unbehandelte Limette
- Frischer Schnittlauch
- 1 Packung gemischter Salat
- 1 Netz festkochende Kartoffeln
- 2 Packungen Tahini ¹¹
- 3 Packungen Eier ³
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

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

Kochtipps

Wer keine ofenfeste Pfanne hat, einfach etwas Alufolie um den Henkel wickeln.

Allergene

Eier (3), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 525.0kcal, Fett 29.8g, Eiweiß 20.8g, Kohlenhydrate 38.5g



1. Zucchini raspeln

Den Grillofen auf 250-275°C vorheizen. Die Enden der **Zucchini** entfernen und mit der groben Seite der Küchenreibe raspeln - überschüssige Flüssigkeit durch ein Sieb auswringen.



2. Zucchini braten

In einer tiefen, ofenfesten Pfanne 1-2EL Olivenöl auf hoher Hitze erwärmen und die **Zucchini** mit einer Prise Salz ca. 6-8Min. anbraten bis die Flüssigkeit verdampft ist. Inzwischen, falls gewünscht, die **Kartoffeln** schälen, grob raspeln und ebenfalls auswringen.



3. Kartoffeln anbraten

Sobald die **Zucchini** fertig sind, aus der Pfanne nehmen. Die Pfanne nicht auswischen, sondern erneut auf hoher Hitze erwärmen und die **Kartoffeln** für ca. 10-12Min. mit 1EL Olivenöl anbraten



4. Tortilla grillen

Inzwischen den **Schnittlauch** fein hacken. Sobald die **Kartoffeln** goldbraun sind, mit **Zucchini, Eiern**, Salz, Pfeffer und **Schnittlauch** mischen und zurück in die Pfanne geben. Die **Mischung** für ca. 1-2Min. anbraten, dann für ca. 8-10Min. im Ofen grillen, bis sie gestockt und goldbraun ist. Aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren ca. 5-6Min. ruhen lassen.



5. Sauce mischen

In der Zwischenzeit den **Knoblauch** schälen und mit einer Knoblauchpresse pressen oder sehr fein hacken. Die **Limette** halbieren und **eine Hälfte** entsaften. **1-2TL Limettensaft** mit **Tahini**, 2-3EL Wasser und **Knoblauch** mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Wer mag, kann weitere 1-2EL Olivenöl hinzufügen. Die **restliche Limette** in **Spalten** schneiden.



6. Salat mischen

Kurz vorm Servieren 1-2EL Olivenöl, 1-2EL Essig der Wahl (z.B. Balsamico) mit Salz und Pfeffer zu einem leichten **Dressing** mischen und unter den **Salat** geben. Mit der **Tortilla**, **Tahinsauce** und **Limettenspalten** servieren.

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**