



Gefüllte Kumpir-Kartoffeln

mit Paprika-Sugo und Kräuterjoghurt



ca. 1h



3-4 Personen

Der Export-Klassiker der türkischen Fast-Food-Küche hat seinen Platz in den Küchenkulturen der Welt verdient. Ob Kumpir, Jacket-Potato oder einfach Backkartoffel: Sobald du die knusprig-gebackene Kartoffel aufbrichst und mit zartschmelzendem Käse, dicker Paprika-Tomaten-Sauce und Gemüse füllst, wird es bei Groß und Klein kein Halten mehr geben.

Was du von uns bekommst

- 1 Dose Mais
- 400g passierte Tomaten
- 2 rote Paprika
- 30g frische Petersilie & Schnittlauch
- 2 Becher Joghurt ⁷
- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Packung geriebener Gouda ⁷
- 2 Päckchen mediterrane Gewürzmischung
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Oliven

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backblech
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

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

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 575.0kcal, Fett 21.9g, Eiweiß 20.0g, Kohlenhydrate 66.0g



1. Kartoffeln backen

Den Backofen auf 250°C Ober- und Unterhitze (230°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** mit einer Gabel mehrmals einstechen und ca. 50-55Min. backen, bis die Gabel sich ohne Widerstand in die **Kartoffel** stechen lässt. Nach der Hälfte der Backzeit einmal wenden. Alternativ die **Kartoffeln** ca. 15Min. in der Mikrowelle garen.



2. Gemüse vorbereiten

Inzwischen die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Den **Mais** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



3. Gemüse anbraten

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1-2Min. glasig dünsten. Die **Paprikawürfel** hinzugeben und ca. 2-3Min. mitbraten.



4. Sugo zubereiten

Die **passierten Tomaten** zum **Gemüse** in den Topf geben und mit der **Gewürzmischung** abschmecken. Alles ca. 12-15Min. garen, bis das **Gemüse** gerade noch bissfest ist. **3/4 vom Mais** dazugeben.



5. Joghurtsauce zubereiten

Die **Petersilie samt Stängeln** und den **Schnittlauch** fein hacken. Die **1/2 der Kräuter** mit dem **Joghurt** vermischen. Die **Oliven** klein hacken und dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Kartoffeln füllen

Die **Kartoffeln**, sobald sie von außen goldbraun und knusprig und innen weich sind, aus dem Ofen nehmen und in der Mitte aufbrechen. Das **Kartoffelinnere** mit einer Gabel lockern und nach Wunsch mit **Käse** mischen. Den **Sugo**, den **Joghurt** und den **restlichen Mais** darauf anrichten und mit den **restlichen Kräutern** garniert 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**