

Rezept

# Grüne Kartoffeltorte

Ein Rezept von Grüne Kartoffeltorte, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>800 g</b> knapp gar gekochte Pellkartoffeln (am besten vom Vortag)	<b>750 g</b> Blattspinat oder 450 g aufgetauter TK-Blattspinat
<b>1</b> kleine Zwiebel	1-2 Knoblauchzehen
<b>1 EL</b> neutrales Öl	Salz
Pfeffer	geriebene Muskatnuss
<b>2 EL</b> Sesam	<b>150 g</b> Feta
<b>300 g</b> saure Sahne	<b>2 EL</b> kalte Butter
Fett für die Form	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min  
**Pro Portion** Ca. 430 kcal, 23 g F, 19 g EW, 36 g KH

## Zubereitung

1. Kartoffeln pellen und grob raspeln. Frischen Spinat waschen, putzen und grob hacken. Den Ofen auf 225° (Umluft 200°) vorheizen.
2. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln, in einer großen Pfanne im Öl andünsten. Frischen Spinat tropfnass zugeben, ca. 5 Min. zugedeckt dünsten. TK-Spinat nicht dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen.
3. Sesam in einer trockenen Pfanne kurz rösten. Feta mit der sauren Sahne pürieren. Eine Auflaufform ausfetten. Die Hälfte der Kartoffeln einschichten, leicht würzen. Darüber die Hälfte der Fetacreme, dann den Spinat geben. Übrige Fetacreme darauf verteilen und mit den restlichen Kartoffeln bedecken, nochmals leicht würzen. Die Butter in Flöckchen darauf setzen und mit Sesam bestreuen. Im heißen Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen.