Rezept

Kartoffeln mit mediterraner Füllung

Ein Rezept von Kartoffeln mit mediterraner Füllung, am 26.04.2024

Zutaten

4	Kartoffeln (à 180-200 g)
40 g	schwarze Oliven
30 g	Pinienkerne
200 g	Feta (Schafskäse)
	Cayennepfeffer
30 g	Parmesan
	Salz
1 Bund	Petersilie
40 g	getrocknete Tomaten (in Öl)
	schwarzer Pfeffer
1	Scheibe Vollkorntoast
	3-4 TL Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 429 kcal, 22 g F, 17 g EW, 30 g KH

Zubereitung

1. Die Kartoffeln unter fließendem Wasser sauber bürsten. In Salzwasser in etwa 25 Min. garen.

2. Inzwischen die Oliven vom Stein schneiden und klein hacken. Die Petersilie abbrausen, trocken tupfen und hacken. Die Pinienkerne ohne Fett goldgelb rösten, abkühlen und hacken. Die Tomaten gut abtropfen und klein schneiden. Den Feta fein-krümelig zerdrücken, mit Oliven, Petersilie, Pinienkernen und Tomaten mischen, mit Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

3. Das Toastbrot zerkleinern und im Blitzhacker zu Krümeln verarbeiten. Den Parmesan fein reiben und mit den Brotkrümeln mischen.

4. Den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Von den leicht abgekühlten Kartoffeln längs einen Deckel abschneiden und die Kartoffeln bis auf einen 1 ½ – 2 cm dicken Rand aushöhlen. Das Innere der Kartoffeln und den Deckel mit der Gabel zerdrücken und mit der Feta-Füllung mischen.

5. Die Kartoffeln von innen salzen, die Füllung hineingeben und festdrücken. Die Parmesan-Brot-Mischung darübergeben und mit etwas Olivenöl beträufeln. Die Kartoffeln in eine ofenfeste Form geben und im heißen Ofen (Mitte) 12-15 Min. backen.