



Knoblauchpüree mit gebratenen Spinatbällchen und Ofentomaten

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Vegetarisch, fleischlos, appetitlich bunt, einfach lecker hm...

Zutaten

- Für das Knoblauch Püree:
- 900 g gekochte Salzkartoffeln, durchgepresst
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 150 ml heiße Milch
- 1 El Butter
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, etwas geriebene Muskatnuss
- 1 Schälchen Cocktail Tomaten ohne Blüte
- Etwas Pflanzenöl
- Für die Spinatbällchen:
- 350 g TK Blattspinat, aufgetaut, gut ausgedrückt, gehackt
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 2 ganze Eier
- 100 g Semmelbrösel
- 50 g Reibkäse wie: Parmesan, Appenzeller oder Gouda
- Pflanzenöl zum Braten

Zubereitungsart

Schritt1

Den Backofen auf 180 ° C vor heizen. Die Kirschtomaten in eine gefettete Auflaufform setzen, salzen, pfeffern, etwas zuckern und Öl darüber tröpfeln.

Schritt2

Für 15 min. auf der obersten Schiene geben.

Schritt3

Die Spinatbällchen:

Schritt4

Die Zwiebel in etwas Pflanzenöl anschwitzen und den Spinat dazu geben, 2 min. zusammen angehen lassen.

Schritt5

Etwas abkühlen lassen, dann den Käse, die Semmelbrösel und die Eier vermengen; mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Schritt6

Mit angefeuchteten Händen beliebig kleine Bällchen formen und in heißem Pflanzenöl (Stielpfanne) rund herum knusprig braten.

Schritt7

Das Knoblauch Püree:

Schritt8

Die gekochten, abgegossenen Salzkartoffeln stampfen oder durch die Presse drücken. Salzen und mit Muskatnuss würzen, die Butter zufügen.

Schritt9

Mit dem Kochlöffel (Niemals Schneebesen) verrühren und die heiße Milch unter heben.

Schritt10

Anrichtevorschlag:

Schritt11

Auf vorgewärmte Teller zunächst das Knoblauch Püree portionieren, darüber die Spinatbällchen anrichten, drum herum die gegrillten Cocktail - Tomaten verteilen. Ein appetitlich, bunter Teller ist entstanden.

Tags: für jeden tag, ofentomaten, preiswert, unkompliziert **Zutaten:**Tomaten

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)427
- Fett (g)14
- KH (g)55
- Eiweiss (g)18

- Ballast (g)9

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/knoblauchpueree-mit-gebratenen-spinatbaellchen-und-ofentomaten/>