



# 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/>