

# DINNERLY



## Ovenschotel met pompoen en feta geserveerd met tomatensalsa



ca. 35min



2 personen

Warm, kleurrijk en geruststellend: vandaag zet je met Dinnerly een mooie ovenschotel met pompoen, aardappel en ui op tafel. Voor een extra smaakexplosie laat je er feta overheen smelten en serveer je er een snelle tomatensalsa bij. Schep het geheel in een kom, installeer jezelf met veel kussens in de hoek van de bank en geniet van dit herfstige comfort food.

#### WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 mini Hokkaido-pompoen
- 1 netje vastkokende aardappels
- 1 rode ui
- 1 zakje Italiaanse kruidenmix
- 150g feta <sup>7</sup>
- 1 tomaat

#### WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2el balsamicoazijn <sup>17</sup>
- peper en zout
- olijfolie

#### KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier

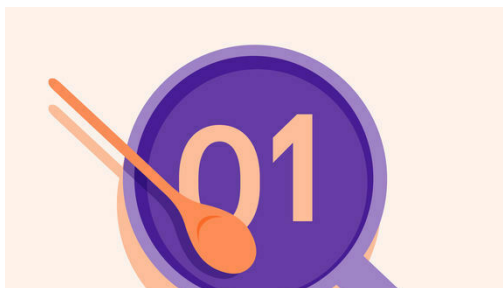
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

#### ALLERGENEN

melk (7), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

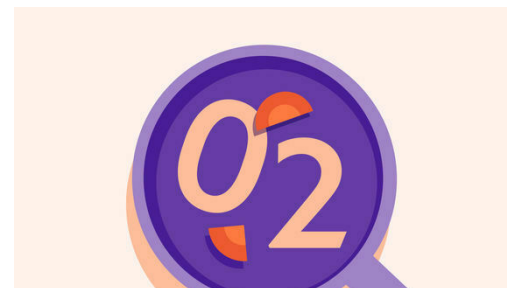
#### VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 639kcal, vet 29.4g, koolhydraten 69.3g, eiwit 20.8g



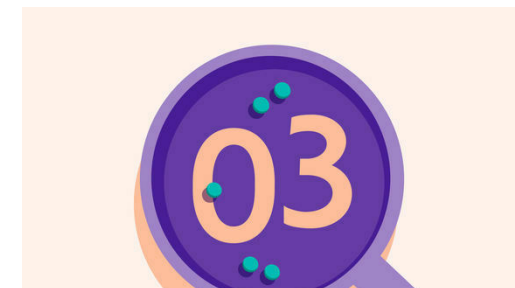
#### 1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Kürbis** vierteln und entkernen. Den **Kürbis** und die **Kartoffeln samt Schale** in 1,5–2cm große Würfel schneiden. Die **Zwiebel** schälen und halbieren, **eine Hälfte** fein würfeln und beiseitestellen, die **andere** in dünne Scheiben schneiden.



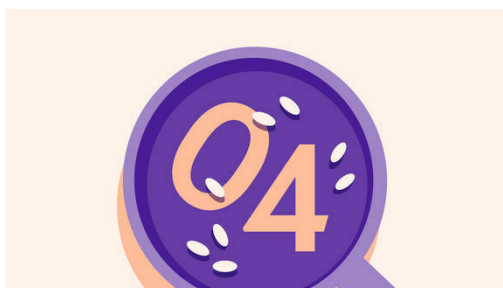
#### 2. Gemüse backen

Den **Kürbis**, die **Kartoffeln** und die **Zwiebelscheiben** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1–2EL Olivenöl, **2TL Gewürzmischung** und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen und im Ofen ca. 10Min. backen.



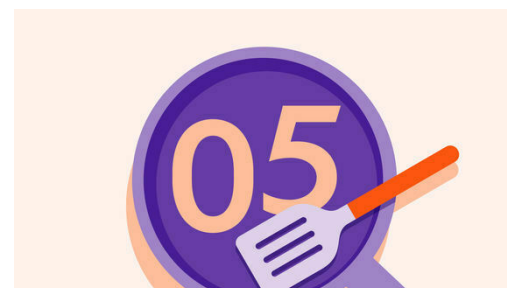
#### 3. Feta backen

Den **Feta** in 1,5–2cm große Würfel schneiden, nach ca. 10Min. Backzeit mit auf das Blech geben und den **Kürbis**, die **Kartoffeln** und die **Zwiebeln** mit dem **Feta** weitere 12–17Min. backen, bis sie gar und leicht knusprig sind.



#### 4. Tomatensalsa zubereiten

Während das **Gemüse** und der **Feta** backen, die **Tomate** vierteln und fein würfeln, dabei den Strunk entfernen. Die **Tomate** mit den **Zwiebelwürfeln**, 2EL Balsamicoessig, der **restlichen Gewürzmischung** und je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einer **Salsa** verrühren.



#### 5. Verfeinern und servieren

Das fertige **Gemüse** und den **Feta** nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen und mit der **Tomatensalsa** servieren.



#### 6. Kernige Kür mit Biss

Wer das Gefühl hat, nach dem Kochen müssten unbedingt diverse Töpfe und Pfannen zu spülen sein, der wurde heute enttäuscht, der Kochgeschirrverbrauch war gelinde gesagt übersichtlich. Wer die Bilanz nach oben treiben will, röstet sich einfach ein paar Kürbiskerne ohne Fett in einer kleinen Pfanne. Da gibt's zwar auch nicht viel zu reinigen, aber es schmeckt und bringt noch ein bisschen Biss.