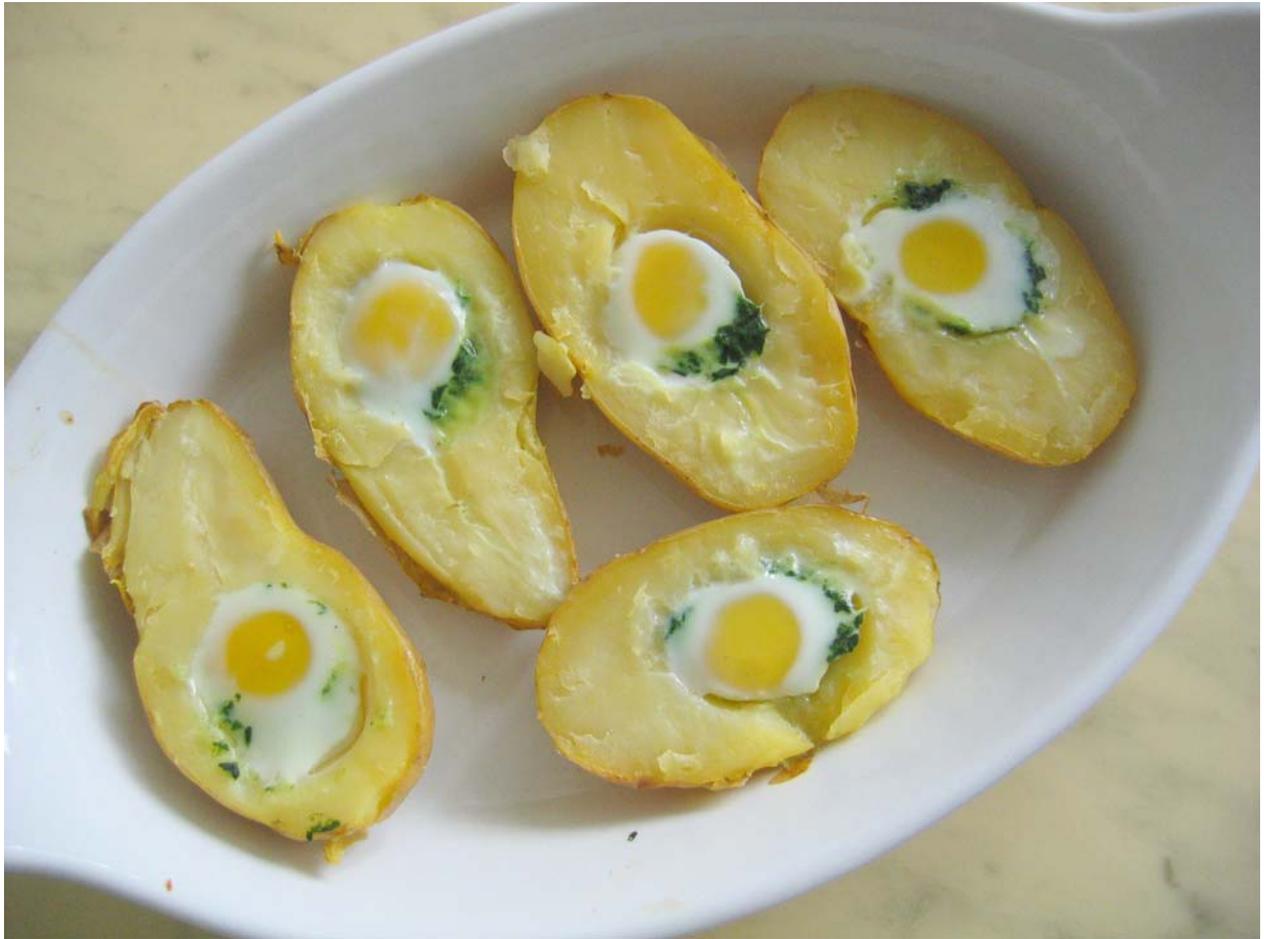


Ofenkartoffeln mit Spinat und Wachtelei



Zutaten für 6 Personen:

3 große Kartoffeln
ca. 100 g Rahmspinat (TK)

1 Knoblauchzehe

6 Wachteleier

Besondere Hilfsmittel:

Alufolie

1. Backofen auf 200° vorheizen. Einen Grillrost in der mittleren Leiste einschieben.

2. Kartoffeln gründlich waschen, mit einem Zahnstocher auf allen Seiten einstechen und noch nass einzeln straff in Alufolie wickeln. Im Backofen auf den Rost legen und 90-120 min garen.

3. TK-Spinat nach Packungsanweisung garen. Eine geschälte und halbierte Knoblauchzehe mitgaren.

4. Kartoffeln auswickeln, längs in zwei Hälften schneiden, und in eine feuerfeste Form setzen. Jede Kartoffel mit einem TL

etwas aushöhlen, etwas weniger als in der Größe eines halben Hühnereis.

5. Wachteleier mit einem Messer mit feinem Wellenschliff kurz anschlagen, ein wenig "ansägen", öffnen und das Innere in eine mittlere Schüssel gleiten lassen.

6. Je einen TL gegarten Spinat in die Kartoffeln geben. Wachteleier mit einem EL darauf gleiten lassen.

7. Im Ofen nochmals 8-10 Minuten überbacken. Die Wachteleier sollen dabei nicht zu hart werden. Warm servieren.

Hinweise:

Man kann noch die Schnittflächen der Kartoffeln mit flüssiger Butter einpinseln und leicht salzen und pfeffern.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 150 min, Vorspeisen, warme Häppchen, Kartoffeln, Ei, vegetarisch, griechisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 18.01.2023