

# MEDITERRANES MARINE-STYLE CRISPY FILET

## ZUTATEN

1 Packung Garden Gourmet  
Marine-Style Crispy Filet

200g Kartoffeln

1 Zucchini

250 g bunte Cherry-Tomaten

1 rote Zwiebel

6 schwarze (Calamata) und grüne  
Oliven

100 ml vegane Milch

1 kleiner Bund frischer Oregano

1 EL natives Olivenöl extra

Salz und Pfeffer

 2 PORTIONEN

 40 MIN

 EINFACH

Möchtest du etwas Mittelmeer Feeling zu Hause? Hier ist ein köstliches Rezept mit unserem Marine-Style Crispy Filet.

## ZUBEREITUNG

### 1. Kartoffeln kochen

Die Kartoffeln schälen und etwa 20 Minuten in siedendem Wasser kochen, bis sie weich sind. Danach abtropfen lassen.

### 2. Kartoffelpüree zubereiten

Die Milch zum Kochen bringen und mit einem Schneebesen warm zu den Kartoffeln geben und kräftig verrühren, bis ein schaumiges Püree entsteht. Unter Rühren das Olivenöl hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### 3. Gemüse zubereiten

Den Ofen auf 200°C vorheizen. In der Zwischenzeit die Zucchini in Stücke schneiden, die Zwiebel vierteln und die Tomaten halbieren. Mit den Oliven auf einem Backblech verteilen, etwas Olivenöl hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und grob gehacktem Oregano würzen. Das Gemüse etwa 20 Minuten im Ofen rösten, dabei einmal wenden.

### 4. Marine-Style Crispy Filet zubereiten

Das Marine-Style Crispy Filet von Garden Gourmet nach Packungsanweisung im Ofen garen, auf das Gemüse legen und mit Oregano und Zitrone garnieren. Mit dem Kartoffelpüree servieren.

**FINDE WEITERE REZEPTE AUF  
GARDENGOURMET.CH/DE**