

# GEBACKENE SÜSSKARTOFFEL- SCHIFFCHEN

## MIT BELUGALINSEN-SPINAT-FÜLLUNG

### Zutaten für 2 Schiffchen

große Süßkartoffel	1
Olivenöl	6 EL
Belugalinsen	100g
Gemüsebrühe	1 TL
kleine rote Zwiebel	1
Saft von einer Zitrone	2 EL
Salz & Pfeffer	
eine Hand voll Babyspinat	
Balsamico-Essig	3 EL
Butter	1 EL
Feta	75 g

### So wird's gemacht

Ofen auf 160° vorheizen.

Die Süßkartoffel waschen und halbieren.

Die Schnittseiten mit 2 EL Olivenöl einpinseln.

Süßkartoffel ca 45 Minuten im Ofen garen, bis das Innere schön weich ist.

In der Zwischenzeit die Belugalinsen waschen und mit der Gemüsebrühe in einem Topf kochen, bis sie gar sind.

Die rote Zwiebel halbieren, in feine Ringe schneiden und mit dem Zitronensaft und einer Prise Salz kneten, bis die Zwiebel weich ist und die Farbe verblasst.

Den Babyspinat waschen und abtropfen lassen

Wenn die Belugalinsen gar sind, diese abtropfen.

Belugalinsen mit den Zwiebeln und dem Spinat vermengen, Balsamico-Essig hinzufügen und mit Salz & Pfeffer abschmecken. Der Spinat darf dabei ruhig ein bisschen zusammenfallen. Den Feta hinzufügen, sobald die Linsen ein wenig abgekühlt sind

Süßkartoffeln aus dem Ofen nehmen. Das Innere mit einer Gabel zerdrücken und mit Butter und Salz vermengen.

Die Belugalinsen-Mischung auf die Kartoffel geben und servieren.