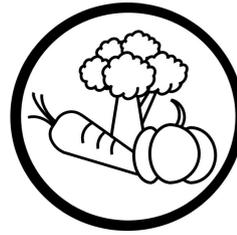


# Smashed Potatoes mit Broccoli



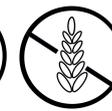
12 Stück



Vorbereitung  
15 Minuten



Vegi



Gluten  
frei



\*Laktose  
frei



Vegan

Schnell und einfach. Eigentlich eine Bastelanleitung und dann ab in den Ofen:

12 mittlere Gschälti

Kartoffeln dämpfen. Du kannst dies auch gerne am Vortag erledigen oder kalte Gschwälti verwenden, die immer gut als Vorrat zu haben sind. Die Gschwälti auf das Backblech legen und mit einem Glas oder einem Löffel flach drücken.

1 Broccoli  
4EL Cashewnüsse  
Olivenöl  
Salz  
Pfeffer, wer mag Chiliflocken

Den Broccoli waschen, die Röschen abschneiden und auf die Kartoffeln verteilen. Die Cashewnüsse ein bisschen zerbröseln und ebenfalls darüber verteilen. Mit Olivenöl beträufeln. Salz und Pfeffer darüber verteilen, wer mag, auch Chiliflocken, und dann ab in den Ofen.

Bei 180°C 20 Minuten in der Mitte des Ofens backen.

Salat

Heiss geniessen. Ich mache meist noch ein bisschen Salat dazu.

