Gefüllte Kartoffelschiffchen

Zutaten für 4 Personen

	Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
4 große Kartoffeln (mehligkoch.)	waschen und halbieren.
1 kleine Süßkartoffel	waschen und halbieren. Die Schnittflächen der Kartoffeln mit
etwas Olivenöl	bepinseln, alle auf ein Backblech legen und im heißen Ofen ca. 50 Minuten backen, bis das Innere weich ist. In der Zwischenzeit
100 ml Hühnerfonds	aufkochen und damit
100 g Couscous	übergießen. Etwa 10 Minuten quellen lassen.
½ Bund Petersilie	waschen, trockenschütteln und fein hacken.
1 rote Zwiebel	schälen und in kleine Würfel schneiden.
100 g Babyspinat	waschen und grob hacken.
1 EL Olivenöl	in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln darin anbraten. Wenn sie schön glasig sind
1 Knoblauchzehe	dazu pressen und ebenfalls etwas anbraten. Dann den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Couscous unterheben und alles mit
Salz, Pfeffer, Muskat, Chili, Paprikapulver	würzen. vom Herd nehmen, abkühlen lassen, dann die Petersilie untermischen. Die Kartoffeln aus dem Backofen nehmen - Backofen an lassen. Die Süßkartoffel komplett aushöhlen, Schale wegwerfen. Die anderen Kartoffeln aushöhlen und einen kleinen Rand stehen lassen. Das Kartoffelinnere mit
50 g Butter	und
200 g Gouda	mischen, dann unter die Couscousmasse mischen. Noch einmal mit
Salz, Pfeffer, Muskat, Chili	abschmecken. Die ausgehöhlten Kartoffeln mit der Masse befüllen.
etwas Feta	zerbröseln und darüber verteilen. Die gefüllten Kartoffeln zurück in den Backofen geben und noch einmal 5-10 Minuten backen lassen. Mit
frischen Kräutern	und/oder
Sprossen	bestreut servieren.

Tipp: In die Füllung kann man auch Bacon, Chorizo oder Lachs einarbeiten - wird dann noch etwas herzhafter.