

Bratkartoffeln

Zutaten für 4 Personen:

800 g gleich große **fest kochende** Kartoffeln

1 Zwiebel

Butterschmalz

Salz, Pfeffer

1. Die Kartoffeln mit einer Bürste gründlich abbürsten und etwa 20 Min. kochen lassen. Schale noch heiß abpellen und völlig erkalten lassen. Am besten eine Nacht in den Kühlschrank stellen, so dass sie gut durchgekühlt sind.
2. In der Zwischenzeit kannst Du die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden.
3. Kartoffeln in etwa drei bis vier Millimeter dicke und gleichmäßige Scheiben schneiden. Sind die Scheiben dünner, brechen sie leicht. Je gleichmäßiger die Scheiben sind, umso gleichmäßiger kann man sie auch braten
4. Nimm eine möglichst große Pfanne, damit viele Kartoffeln Bodenkontakt haben und braun werden können. Außerdem sollte sie einen dicken Boden haben, der viel Wärme speichern kann und sie auch gleichmäßig verteilt, sonst brennen die Kartoffeln in einer Ecke an.
5. Butterschmalz in die Pfanne geben und ganz heiß werden lassen. War das Fett nicht heiß genug, werden die Bratkartoffeln fett: Sie saugen sich voll und werden nicht mehr braun. Die Kartoffelscheiben zum Fett in die Pfanne geben und erst einmal braten lassen, bis die Stücke am Pfannenboden braun werden. Sind die Scheiben braun, den Pfannenstiel in beide Hände nehmen und die Kartoffeln mit einem kräftigen Schwung etwas hochwerfen und wieder in der Pfanne auffangen. *Möglichst nicht mit einem Wender umrühren, weil die Scheiben dabei leicht zerbrechen. Das Schwenken am besten vorher mit einer Zitronenscheibe in der Pfanne üben. Wenn Du lieber mit einem Wender die Bratkartoffeln drehen willst, mache dies vorsichtig und nicht zu oft.*
6. Zwiebeln erst zugeben, wenn die Bratkartoffeln leicht braun sind. Die Zwiebelwürfel über die ganze Pfanne streuen, damit sie gut verteilt sind. Die Zwiebelwürfel sollen glasig und am Rand leicht gebräunt sein. Zum Schluss die gebräunten Bratkartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen.

Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen:

½ Salatgurke

½ Becher saure Sahne

1/3 Bund frischer oder

1 El tiefgekühlter Dill

1 Msp. Salz, 1 Msp. Pfeffer

1. Die Salatgurke mit dem Gemüseschäler schälen und das Endstück abschneiden.
2. Mit dem Gemüsereibe oder einem Messer die Gurke vorsichtig in feine Scheiben schneiden.
3. Die Gurkenscheiben in eine Schüssel füllen. Die saure Sahne unter die Gurken rühren. Den Dill unter kaltem Wasser waschen und ganz klein schneiden. Den Dill zu den Gurken geben und mit dem Löffel gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und schon ist der Gurkensalat fertig.

Variante:

Statt Dill kannst Du auch Petersilie oder Schnittlauch nehmen.

Rote-Beete–Möhren-Salat

Zutaten für zwei Personen:

1 rote Beete
4 mittelgroße Möhren
1 süß-sauren Apfel
2 EL Olivenöl
ca. 1 EL Zitronensaft
1 Msp. Salz und 1 Msp. Pfeffer
einige Stängel Petersilie

1. Wasche und schäle die Möhren und rote Beete und rasple sie auf der Gemüsereibe fein. Schäle den Apfel und rasple ihn ebenfalls klein.
2. Mische aus dem Olivenöl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und der klein gehackten Petersilie eine Salatsoße.
3. Gieße sie Salatsoße über die klein geraspelte Rohkost und mische den Salat mit einem Löffel durch.

Grüne-Soße-Kräuterquark

Zutaten für 8 Personen:

1 Packung Grüne Soße
250 g Magerquark
250 g Joghurt
½ Becher saure Sahne
2 Esslöffel Milch
½ TI Salz, 1 Msp. Pfeffer
1/2 TI Essig (z. B. Balsamico-Essig) oder etwas Zitronensaft

1. Quark, Joghurt, saure Sahne und Milch verrühren, mit jeweils einer Prise Salz, Pfeffer und dem Essig würzen und abschmecken.
2. Die Kräuter waschen, abtropfen lassen und ganz fein schneiden und unter den Quark mischen. Fertig!

Erdbeer-Sahne-Joghurt-Dessert

Zutaten für 4 Personen

250 g Erdbeeren
1 Banane
1 kleine süße Sahne
1 kleinen Becher Joghurt

1. Erdbeeren gründlich waschen und putzen. Schneide die Erdbeeren in kleine Stücke. Gib ein Drittel der Erdbeeren mit der Banane in eine Plastischüssel und püriere sie mit dem Pürierstab.
2. Schlage die süße Sahne mit dem Handrührgerät steif und rühre den Joghurt unter.
3. Richte die Nachspeise auf einem Dessertschälchen oder in einem Glas an. Gib einige Löffel Erdbeersoße auf ein Schälchen, verteile dann einige Erdbeerstückchen darauf und gib zum Schluss einige Löffel der Sahne-Joghurtsoße über den Nachtisch.