Unser Rezept

DER WOCHE

BLATTKOHL-BRATKARTOFFELN

MIT KRÄUTERQUARK

ZUTATEN

1 Bund Blattkohl

500 g Kartoffeln (gekocht vom Vortag)

4 Frühlingszwiebeln

100 g Räuchertofu (oder Speck alternative)

etwas Öl

Salz und Pfeffer

Für den Kräuterquark:

1 Bund Kräuter nach Wahl kleingehackt

500 g (Soja) Joghurt

1 EL Zitronensaft

1 gepresste Knoblauchzehe

ZUBEREITUNG

Den Blattkohl und die Frühlingszwiebeln kleinschneiden und zur Seite stellen. Die gekochten Kartoffeln vom Vortag und den Räuchertofu würfeln.

In etwas Öl den Räuchertofu in einer Pfanne für 1-2 Minuten anbraten. Anschließend die Kartoffeln, den Blattkohl und die Frühlingszwiebeln dazugeben und gut durchmischen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und für 5-10 Minuten knusprig anbraten und gelegentlich wenden.

Für den Kräuterquark alle Zutaten in eine kleine Schüssel geben, gut durchmischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas ziehen lassen.

Die Kartoffeln auf Teller verteilen und mit Kräuterquark und frischem Salat servieren.

Fertig!

WEIERHÖFER Gartengemüse

Orfeas Fischer und Sara Knapp GbR · Zur Burg 1 · 67295 Bolanden
hallo@weierhoefer-gartengemuese.de · www.weierhoefer-gartengemuese.de