

KARTOFFELGERICHTE

Gefördert durch:

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



Räuberkartoffeln mit Kräuterquark

Zutaten (15 Portionen)

1,5 kg	kleine Kartoffeln (Drillinge)
1 kg	Magerquark
150 ml	Milch, 1,5 % Fett
2-3	Möhren (250 g)
frische	Kresse
frischer	Schnittlauch
frische	Petersilie
Jodsalz, Pfeffer	



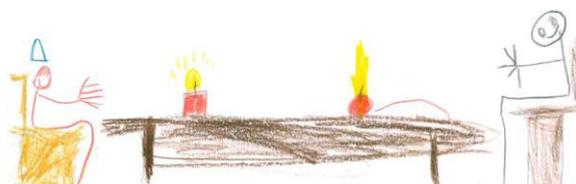
Zubereitung

Die Kartoffeln beim Bauern nebenan „räubern“. Wenn man ihn vorher nett fragt, geht das in Ordnung! Die Kartoffeln werden von den kleinen Räubern gut gewaschen. Etwa 15 Min. als Pellkartoffeln kochen.

Quark mit Milch cremig rühren. Kräuter und Möhren werden frisch aus dem Hoch-Beet der Kita geräubert. Kräuter waschen, trocknen und hacken. Möhren waschen, schälen und raspeln. Alles unter den Quark rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

An der großen Räubertafel bei Kerzenschein werden die Kartoffeln gepellt mit dem Quark zusammen verputzt.

Dazu passt: Rohkost oder Blattsalat

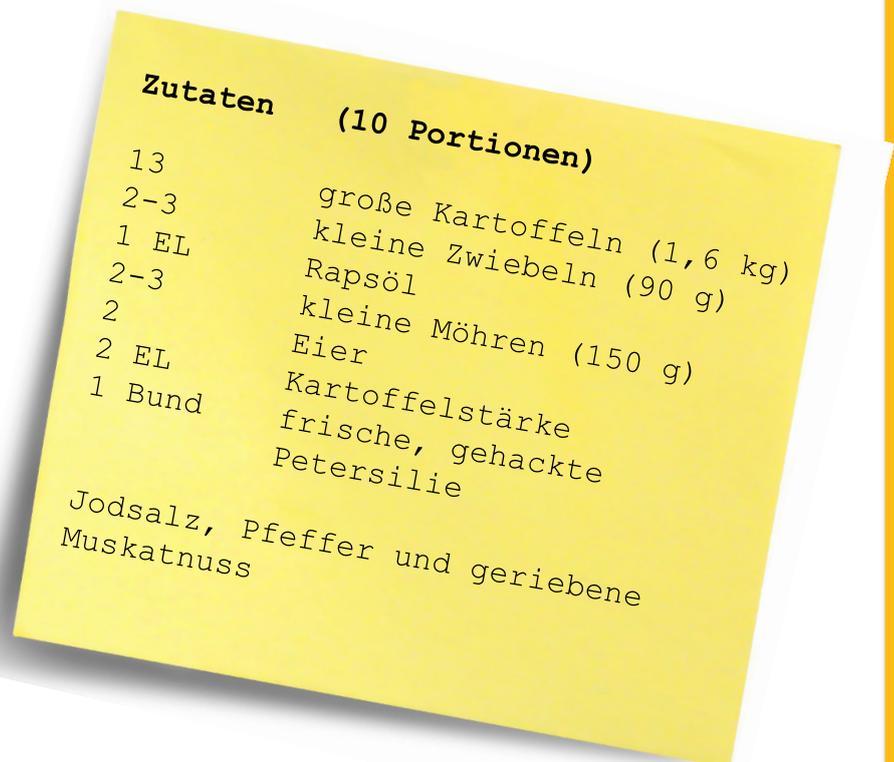


Gefördert durch:

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



Gefüllte Kartoffeln „Flummi“ auf Tomatenragout



Zubereitung

10 Kartoffeln gründlich waschen. Längs zu kleinen Schiffchen halbieren und einen kleinen Boden abschneiden, so dass sie stehen können. Mit einem Kugelausstecher die Kartoffeln aushöhlen, daher einen 3-4 mm breiten Rand stehen lassen. In kochendem Salzwasser garen. Vorsichtig herausnehmen, abtropfen und abkühlen lassen. In dem Salzwasser nun die ausgestochenen Kartoffelreste und die restlichen drei gewaschenen, geschälten und klein geschnittenen Kartoffeln garen und abschütten.

Zwiebeln schälen, fein würfeln und in Öl glasig dünsten. Möhren waschen, schälen, ebenfalls würfeln und mit andünsten. Die gegarten Kartoffeln/-reste zum Gemüse geben. Etwas abkühlen lassen, dann Eier, Stärke, Petersilie, Salz, Pfeffer und Muskatnuss hinzugeben. Mit der Rührmaschine zu einem Teig verarbeiten.

Die 20 Kartoffelschiffchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Die Gemüsemasse mit einem Spritzbeutel (alternativ Gefrierbeutel mit abgeschnittener Ecke) in die Schiffchen spritzen. Bei 180°C Umluft ca. 20 Minuten backen.

Gefördert durch:

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



Gefüllte Kartoffeln „Flummi“ auf Tomatenragout

Zutaten (10 Portionen)

Für das Tomatenragout

4	Knoblauchzehen
2	frische Thymianzweige
1 EL	Olivenöl
10	Tomaten (600 g)



Zubereitung

Für das Tomatenragout:

Knoblauch schälen, in dünne Scheibchen schneiden und in Öl andünsten. Thymianzweige dazugeben und weiter dünsten. Tomaten waschen, putzen und in etwa 1 x 1 cm große Würfel schneiden. Auf dem Schneidebrett mit Salz und Pfeffer würzen. Nun ebenfalls in die Pfanne geben und kurz gar ziehen lassen. Thymianzweige herausnehmen.

Tomatenragout auf 10 tiefen Tellern verteilen. Die fertigen Ofenkartoffeln darauf setzen.

Dazu passt: Blattsalat und Obstquark oder -joghurt als Dessert.

Kartoffelscheiben mit Quark-Dip



Zutaten (10 Portionen)

1-1,5 kg Kartoffeln
5 EL Olivenöl
2 frische Rosmarinzweige
1 Prise Pfeffer
evtl. 3 Knoblauchzehen
(nach Geschmack)
Jodsalz

Für den Quark-Dip:

500 g Magerquark
100 ml Mineralwasser
50 ml Milch, 1,5 % Fett

Jodsalz, Pfeffer und
saisonale Kräuter
(z.B. Schnittlauch, Basilikum,
glatte Petersilie)

Zubereitung

Kartoffeln waschen, schälen, in Scheiben schneiden. In einer Schüssel mit Öl, Rosmarin, Pfeffer und evtl. Knoblauch vermischen. Auf ein Backblech geben und 20-30 Min. bei 180 °C backen. Nach Geschmack salzen.

Für den Quark-Dip:

Magerquark mit Mineralwasser (wird dadurch sehr cremig) und Milch verrühren, Kräuter waschen, klein hacken und zusammen mit den anderen Gewürzen untermischen.

Dazu passt: Rohkost oder Blattsalat

Tipp: Im Sommer frische Küchenkräuter aus dem eigenen Kräutergarten ernten und in der Küche verwenden.

Kartoffelmäuse



Zutaten (10 Portionen)

500 g	Möhren
1 kg	Paprika (gelb, rot, grün)
1/4	Schlangengurke
10	Kartoffeln
1 EL	Rapsöl
1 TL	Tomatenmark
Jodsalz, Pfeffer, Thymian, Paprikapulver, Currypulver	
250 g	Magerquark
4 EL	Crème fraîche (60 g)
40-50 g	frische, gehackte Kräuter (gemischt)

Zubereitung

Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser kochen.

Gemüse waschen, putzen und ggf. schälen. Möhren in Scheiben hobeln. Paprika in kleine Würfel schneiden. Gurke schälen und in lange Streifen raspeln.

Für die 10 Mäuse werden 20 grüne Paprikawürfel, 20 Möhrenscheiben und 10 Gurkenschnüre benötigt. Das abgezählte Gemüse zur Seite stellen.

Restliches Gemüse mit Öl und Tomatenmark andünsten. Weiterdünsten bis das Gemüse gar, aber noch bissfest ist. Mit den Gewürzen abschmecken.

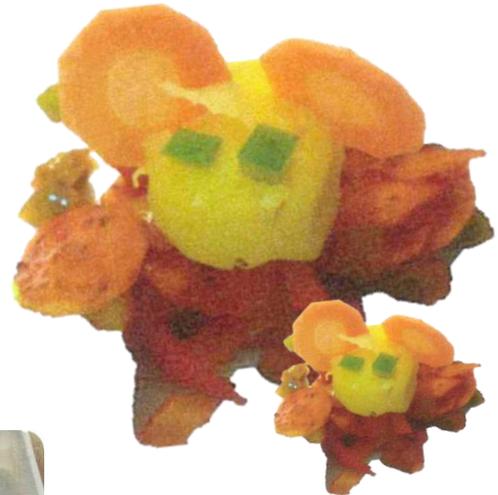


Gefördert durch:

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



Kartoffelmäuse



Zubereitung

Für den Dip:

Quark mit Crème fraîche verrühren. Evtl. übrig gebliebene Gurkenschnüre klein schneiden und dazu geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gehackte Kräuter unterrühren.

Anrichten:

In die Kartoffeln als Augen vorsichtig die Paprikawürfel eindrücken. Mittig einen Spalt schneiden und als Ohren die Möhrenscheiben hineinstecken. Jeweils eine Gurkenschnur dient als Schwanz.

Die fertigen Mäuse auf dem Gemüse anrichten.