

Lecker: Kartoffeln

Herbstzeit ist Kartoffelzeit: Ob kross aus der Pfanne, herzhaft vom Blech oder ofenfrisch als Pizza – wir zeigen, was die Knolle alles kann.



Neu: 100 Rezepte fürs ganze Jahr.
Leicht und einfach für Singles und Familien. Von TV piccolino für nur 1,99 € – überall im Handel.

Scharfe Rosmarinkartoffeln



60 Min.

1. Hähnchenbrustfilets abspülen, trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenstücke in 2 EL heißem Öl rundherum ca. 15 Minuten braten.
2. Die Kartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Paprikaschoten putzen, waschen und in Stücke schneiden. Peperoni putzen, der Länge nach aufschneiden und die Kerne entfernen. Peperoni waschen und in Streifen schneiden.
3. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Knoblauch schälen

- und hacken. Rosmarin waschen, trockenschütteln, die Nadeln vom Zweig streifen und grob hacken.
4. Die Kartoffeln im restlichen Öl zusammen mit den Rosmarinadeln unter Wenden 10–15 Minuten braten. Salzen und pfeffern.
 5. Paprika, Peperoni, Knoblauch und Zwiebeln nach 10 Minuten zum Fleisch geben und mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Zum Schluss die Kartoffelspalten zugeben.

Zutaten für 4 Portionen

- 1 doppeltes Hähnchenbrustfilet mit Haut und Knochen (Knochen herauslösen lassen)
- Salz, Pfeffer, 4 EL Rapsöl
- 1 kg vorwiegend fest kochende Kartoffeln
- 2 rote Paprikaschoten
- 1 grüne Paprikaschote
- 1 rote Peperoni
- 3 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 großer Zweig Rosmarin
- Paprikapulver edelsüß

Pro Stück: 1760 kJ/426 kcal

Kartoffel-Schinken-Pizza

45 Min.



Ofen frisch

Zutaten für 8 Stücke

400 g Broccoli
Salz
1,5 kg vorwiegend fest kochende Kartoffeln
2 Zwiebeln
150 g saure Sahne
4 Eier Größe M
400 g geriebener Käse, z.B. Allgäuer Bergkäse
Pfeffer
1 Bund Thymian
1 Dose (140 g) Tomatenmark
1 Becher (150 g) Magermilchjoghurt
je 1 gelbe und 1 rote Paprikaschote
125 g Champignons
200 g gekochter Schinken
Fett fürs Blech

1. Broccoli putzen, waschen, in Röschen teilen und in Salzwasser in ca. 5 Minuten bissfest garen.
2. Die Kartoffeln schälen und fein raspeln. Die Kartoffelmasse etwas ausdrücken. Die Zwiebeln schälen, fein hacken und mit der Hälfte der sauren Sahne, den Eiern und 150 g Käse unter die Kartoffeln rühren. Alles mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
3. Die Masse auf ein gefettetes Backblech streichen und im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 225 °C/Gasherd: Stufe 4) ca. 20 Minuten vorbacken.
4. In der Zwischenzeit Thymian waschen, trockenschütteln, hacken und mit restlicher saurer Sahne, Tomatenmark und Magermilchjoghurt verrühren.
5. Paprikaschoten putzen, waschen und in Streifen schneiden. Pilze putzen und blättrig schneiden. Den

- Schinken in Streifen schneiden.
6. Den Pizzaboden dünn mit Tomatencreme bestreichen, dann mit Gemüse, Pilzen und Schinken belegen. Zum Schluss restlichen Käse darüber streuen.
 7. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Gasherd: Stufe 3) noch ca. 25 Minuten backen. Vor dem Servieren in Stücke schneiden und nach Belieben mit Thymian garnieren.

Im Backofen: 45 Minuten

Rundum-Genuss

Rundum fit und rundum gesund: Kartoffeln schmecken nicht nur super, sie enthalten auch wichtige Ballaststoffe, wertvolle Kohlenhydrate, viele Vitamine und nur wenig Kalorien.

Pro Portion: 1130 kJ/270 kcal

Gefüllte Kartoffeln

20 Min.

1. Kartoffeln schälen und einzeln in geölte Alufolie einschlagen. Kartoffeln auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 225 °C/Gasherd: Stufe 4) ca. 40 Minuten vorgaren.
2. Kartoffeln aus der Folie lösen, längs halbieren und jede Hälfte so aushöhlen, dass ein ca. 1 cm breiter Rand stehen bleibt. Knoblauch und Zwiebel schälen und hacken. Alles mit Hackfleisch und Quark verkneten, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer kräftig würzen.
3. Hackmasse in die ausgehöhlten Kartoffeln geben, dann die jeweiligen Hälften aufeinander setzen, mit je 1 Scheibe Speck umwickeln und feststecken.
4. Die Kartoffeln wieder in Folie wickeln und im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 150 °C/Gasherd: Stufe 1) ca. 1 Stunde garen.
5. 3–5 Minuten vor Garzeitende den Grill zusätzlich einschalten, die Folie öffnen und den Speck knusprig werden lassen. Mit Oregano garniert servieren.

Im Backofen: 100 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

8 gleich große vorwiegend fest kochende Kartoffeln (à ca. 200 g)
1 Knoblauchzehe
1 kleine Zwiebel
300 g gemischtes Hackfleisch
4 EL Kräuterquark
Salz, Pfeffer
Cayennepfeffer
8 Scheiben durchwachsender Speck
Oregano zum Garnieren
Alufolie, Öl für die Folie

Gut gefüllt

Pro Portion: 3320 kJ/790 kcal



Käsekartoffeln vom Blech

Für 4 Portionen

1. 8 große Kartoffeln in Alufolie wickeln und im Backofen bei 225 °C ca. 1 Stunde vorgaren. Kartoffeln pellen und kleine tiefe Kerben einschneiden. In eine gefettete Form setzen und salzen.
2. Keilförmig geschnittene Käsescheiben in die Kartoffeleinschnitte stecken, mit Thymian, Oregano und Rosmarin bestreuen. Die Kartoffeln abdecken und weitere 15 Minuten backen.



Zu den gefüllten, mit Speck umhüllten Kartoffeln schmeckt ein gemischter Salat mit würzigem Kräuterdressing.

Pro Portion: 2770 kJ/660 kcal

60 Min.



Fotos: CMA/DeutscheKartoffel

Süße Rösti mit Quark

Aus den Apfelscheiben Herzen ausstechen und in gleicher Weise in der Pfanne braten.

5. Für den Quark Rosinen in Rum einweichen. Quark mit Zucker und Vanillezucker mischen. Sahne steif schlagen und zusammen mit den abgetropften Rosinen unter den Quark heben. Mit gehackten Haselnüssen bestreuen.

Pro Portion: 2757 kJ/659 kcal

Kartoffel-Torte

Für 4 Portionen

1. 750 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln und 750 g Möhren schälen und in Würfel schneiden. 1 Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Kartoffeln und Knoblauch in 2 EL heißem Butterschmalz unter Wenden 5–10 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Möhren in Butterschmalz anbraten und würzen.

2. 150 g Blauschimmelkäse in Stücken schneiden und zusammen mit den Kartoffel- und Möhrenwürfeln in eine gefettete Form geben.

3. 2 EL gehackte Majoranblättchen mit 400 g Schlagsahne und 3 Eiern verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und über die Torte gießen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Gasheerd: Stufe 3) ca. 1 Stunde backen.

Mit Pfiff

Zutaten für 4 Portionen

Für die Rösti

750 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln
2 EL Mehl
2 Eier Größe M
1 Msp. Salz
2 Äpfel
1 EL Zucker
1/4 TL Zimt
2 EL Butterschmalz

Für Quark und Äpfel

2 Äpfel
1 EL Butterschmalz
1 EL Zucker
60 g Rosinen
2 EL Rum
250 g Quark
150 ml Sahne
1 Päckchen Vanillezucker
50 g grob gehackte Haselnüsse

1. Die Kartoffeln waschen, schälen und grob raffeln. In einem Küchentuch ausdrücken und mit Mehl, Eiern und Salz mischen.

2. Die Äpfel waschen, vierteln und ebenfalls grob raffeln. Äpfel, Zucker und Zimt mit den Kartoffelraffeln mischen.

3. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Röstimassee hineingeben, flach drücken und ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze goldgelb backen. Auf einen Teller stürzen und mit der ungebackenen Seite nach unten zurück in die Pfanne gleiten lassen. Nochmals ca. 10 Minuten backen.

4. Äpfel waschen, zwei Scheiben abschneiden, den Rest in Spalten schneiden. Apfelspalten in einer Pfanne in heißem Butterschmalz von beiden Seiten goldgelb backen und dünn mit Zucker bestreuen.



Pro Portion: 3320 kJ/790 kcal