

Kartoffeln mit drei Dips

Kartoffel-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 1,2kg Kartoffel(n)
- » grobes Salz
- » Salz & Pfeffer
- » 3 Knoblauchzehe(n)
- » 1 EL Öl
- » 250g Joghurt (natur)
- » 400g Dosentomaten
- » 1 Bd. Koriander
- » 1-2 EL Olivenöl
- » 1 TL Honig
- » Chilipulver
- » 100g Schlagsahne
- » 150g Saure Sahne
- » 2 TL Meerrettich
- » 1 Zitrone(n)
- » 2 EL geh. Petersilie

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Kartoffeln waschen und mit Meersalz in etwas Wasser 20min kochen. Abgießen und im geschlossenen Topf warm halten.
2. Für den Knoblauch-Dip: Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden. Öl erhitzen, den Knoblauch darin knusprig braten. Mit Joghurt, Salz und Pfeffer verrühren.
3. Für die Tomaten-Salsa: Tomaten in einem Sieb kurz abtropfen lassen. Koriander hacken, mit Tomaten, Olivenöl, Honig, Salz und Chili verrühren und pikant abschmecken.
4. Für den Meerrettich-Dip: Sahne steif schlagen. Saure Sahne, Meerrettich, Zitronenschale, Petersilie, 1EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Sahne vorsichtig unterheben, nachwürzen. Kartoffeln mit Salz bestreuen und mit den Dips servieren.

Nährwerte: 495kcal/E12g/F25g/KH16g pro Portion

angelegt am: 06.06.2006

Rezept-Nr: 2030

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke