

Rezept

Orientalische Kartoffeln mit Kichererbsen, Auberginen und Joghurtsoße



Landesvereinigung der Kartoffelkaufleute Rheinland-Westfalen/Jörn Sunderbrink (Bei Verwendung bitte angeben)

Zutaten für 4 Portionen:

Für den Eintopf:

500 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
200 g gekochte Kichererbsen
200 g Auberginen
1 Gemüsezwiebel
2 Fleischtomaten
3 Knoblauchzehen
1 TL frisch geriebener Ingwer
250 ml Gemüsebrühe

1-2 TL Ras el Hanout (oder Madras-Curry)
3 EL Sojasoße
2 EL frisch gepresster Zitronensaft
Salz und Pfeffer aus der Mühle
4 EL Olivenöl
etwas Zitronenthymian
Kirschtomaten nach Belieben

Für den Joghurt:

300 g griechischer Joghurt
3 EL Zitronensaft
3 EL Olivenöl

1-2 EL Tahini (Sesampaste)
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Den Knoblauch fein hacken und die Zwiebel grob würfeln.

Den gehackten Knoblauch und die Zwiebelwürfel in einem Topf mit dem Ingwer in Olivenöl hell anschwitzen.

Das Ganze mit Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen.

Die Brühe mit Sojasoße, Ras el Hanout, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Der Fond darf ruhig gut gewürzt sein, da die Kartoffeln viel Geschmack aufnehmen.

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in eine feuerfeste Form geben, dann mit der Brühe begießen.

Die Tomaten und Auberginen grob würfeln und mit den gekochten Kichererbsen zu den Kartoffeln geben.

Rezept

Das Ganze gut vermischen und im vorgeheizten Backofen bei 160 °C (Umluft) 30 bis 45 Minuten schmoren. Nach Bedarf noch etwas Gemüsebrühe nachfüllen.

Zwischendurch Kartoffeln mit einem spitzen Messer anstechen und testen, ob sie bissfest gegart sind.

Vor dem Servieren den orientalischen Kartoffeltopf mit Zitronenthymian, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben mit halbierten Kirschtomaten garnieren.

Den Joghurt mit dem Zitronensaft und dem Olivenöl verrühren. Die Soße mit der Sesampaste sowie Salz und Pfeffer abschmecken und zu den orientalischen Kartoffeln servieren.

Das Rezept gibt es online unter folgendem Link: <https://www.die-kartoffel.de/19-blog/rezepte/320-orientalische-kartoffeln>.

Weitere tolle Rezepte sowie Informationen und Tipps rund um die Kartoffel erhalten Sie zudem unter www.die-kartoffel.de.

Über die KMG

Die Kartoffel-Marketing GmbH (KMG) wurde 2014 gegründet. Sie versteht sich als „Bündnis der Kartoffelprofis“ und repräsentiert die deutschen Speisekartoffelproduzenten und die Kartoffelhändler. Ihr Ziel ist es, die Verbraucher in Deutschland über die Vielseitigkeit und den hohen Wert der Kartoffel zu informieren. Zur KMG gehören der Deutsche Kartoffelhandelsverband e. V., die Bundesvereinigung Erzeugergemeinschaften Kartoffeln und der Verein Landvolk Niedersachsen – Landesbauernverband e. V. Projekte der KMG werden von der Landwirtschaftlichen Rentenbank unterstützt.

Experten-Interviews:

Wir arbeiten mit zahlreichen Experten aus dem Kartoffelanbau und aus der Kartoffelproduktion zusammen, die Ihnen für Interviews zur Verfügung stehen. Bitte wenden Sie sich gerne an uns.

Pressekontakt:

agentur05 GmbH | Christina Heibach
E-Mail: heibach@agentur05.de
Tel.: 0221 925454-816
Sachsenring 81 | 50677 Köln



rentenbank
gefördert von der
Landwirtschaftlichen Rentenbank