



Rezepte!

Vorschläge für Euer Gemüse Kartoffel-Porree-Ofen-Rösti mit Dip

Ein entspanntes Feierabend-Essen, das auch am nächsten Tag noch lecker schmeckt.

Zutaten:

700 g Kartoffeln, 1 große Stange Porree, 3 EL Speisestärke, 2 EL Mehl, 2-3 EL Pflanzenöl, Salz & Pfeffer sowie (frisch geriebener Muskat) nach Belieben

Für den Dip: 250 g ungesüßter Sojajoghurt, 1 Bio-Zitrone, 1 TL Senf, frische Kräuter, (z. B. Schnittlauch und Petersilie), Salz & Pfeffer, ggf. Chili

Zubereitung:

Den Backofen auf 210 °C Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und grob raspeln, leicht salzen und etwa 5 Minuten stehen lassen. Anschließend in einem sauberen Küchentuch kräftig ausdrücken.

Den Porree längs halbieren, gründlich waschen und in feine Halbringe schneiden.

Eine kleine Handvoll Porree beiseitelegen.

Kartoffelraspel und Porree mit Speisestärke, Mehl, 2 EL Öl, Salz, Pfeffer und Muskat gründlich vermengen. Die Masse etwa 1-1,5 cm dick auf einem mit Backpapier belegten und leicht geölten Backblech verteilen und gut festdrücken. Mit etwas Öl beträufeln.

Den Rösti zunächst etwa 20 Minuten backen. Dann den zurückbehaltenen Porree mit wenig Öl vermengen und auf dem Rösti verteilen. Weitere 15-20 Minuten backen, bis der Rösti goldbraun und an den Rändern schön knusprig ist.

Für den Dip den Sojajoghurt mit etwas abgeriebener Zitronenschale, einem Spritzer Zitronensaft und dem Senf verrühren. Die Kräuter fein hacken und unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Kartoffel-Porree-Rösti in Stücke schneiden und mit dem Zitronen-Kräuter-Dip servieren

Viel Spaß beim Ausprobieren!

