

Mit Herz am Herd | Kerschdscher / Bratkartoffeln mit gebackenem Bio-Ei und Linsen-Salat

Zutaten für 4 Personen

Gebackenes Bio-Ei

- 5 frische Bio-Eier
- 200 g Semmelbrösel
- 50 g Mehl
- 500 ml Sonnenblumenöl
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer

Zubereitung:

4 Eier 5 Minuten kochen, danach abkühlen lassen und pellen.

Der Reihe nach in Mehl, einem geschlagenen Ei und Semmelbrösel wenden. Sonnenblumenöl in einem Topf erhitzen und die Eier für 2 Minuten knusprig backen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Kerschdscher

- 1 kg Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
- 100 ml Rapsöl oder Schmalz
- 1 Prise Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen, waschen, trocken tupfen und in 1 – 2 cm große Würfel schneiden. In einer großen Pfanne das Rapsöl (Schmalz) erwärmen. Die Kartoffelwürfel hinzugeben, von allen Seiten goldgelb anbraten. Danach einen Deckel auf die Pfanne geben und die „Kerschdscher“ bei kleiner Hitze ca. 15 Minuten garen. Jetzt den Deckel abnehmen und die Kartoffeln richtig knusprig werden lassen. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Linsen-Salat

- 250 g braune Linsen
- 500 ml Gemüsebrühe
- 1 kleine Möhre
- 50 g Sellerie
- 2 EL gehackte Tomaten

- 2 EL Balsamico-Essig
- 2 Frühlingszwiebeln
- ½ rohe Kartoffel, geschält
- Salz
- Pfeffer
- 1 kleine Zitrone

Zubereitung:

Die Linsen mit der Gemüsebrühe in einem Topf zum Kochen bringen. Zugedeckt für 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Inzwischen die Karotte und den Sellerie schälen, in feine Würfel (Brunoise) schneiden und zu den Linsen geben.

Nachdem die Linsen bissfest sind, die gehackten Tomaten hinzufügen. Frühlingszwiebeln in feine Scheiben schneiden und hinzugeben. Mit Balsamico-Essig abschmecken. Für die Bindung eine halbe Kartoffel reiben und dazugeben. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Rezept: Cliff Hämmerle

Quelle: Mit Herz am Herd vom 11.03.2017