



Kochwerkstatt „Vitalmenü“ Mediterrane Ofenkartoffeln



Zutaten für 4 Personen:

Kartoffeln geschält oder ungeschält	1 kg
Getrocknete Tomaten in Öl	50 g
Zwiebeln	100 g
Paprikawürfel	50 g
Knoblauchzehe	1
Thymianzweig oder Rosmarin	1
Salz, Pfeffer aus der Mühle, Olivenöl	

Zubereitung:

Zwiebeln und Paprika in grobe Würfel schneiden, anschließend den Knoblauch hacken und die eingelegten Tomaten würfeln.

Eine Auflaufform mit Olivenöl ausstreichen und darin die Zwiebeln, Paprika, Knoblauch und die Tomaten gleichmäßig verteilen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die gewaschenen oder geschälten Kartoffeln der Länge nach halbieren (je nach Sorte und Größe / Drillinge können ungeschält verarbeitet werden) und auf das Gemüse legen. Die Kartoffeln gleichmäßig mit Olivenöl bestreichen, Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen und je nach Belieben Thymian oder Rosmarinzweige hinzugeben.

Vorbereitungszeit ca. 15 Minuten, ca. 40 Min. im 160°C heißen Ofen goldbraun backen.

Anrichten:

Dieses Gericht kann sowohl als Beilage als auch als Hauptgericht gereicht werden, dazu passend kann hier die Sojанаise serviert werden.

Material:

Tiefes Backblech oder Auflaufform

© Klinikgastronomie Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen Trier