

Rosmarin - Kartoffelwürfel

Zutaten: für 2 Personen

6 mittelgroße rohe Salatkartoffeln
2 EL Olivenöl
1 Zweig frischen Rosmarin
Salz
Nach Wunsch 1 zerquetschte Knoblauchzehe



Zubereitung:

Dieses Rezept **Rosmarin- Kartoffelwürfel** ist eine Rezeptidee, wie man auf einfache schnelle Weise eine würzige Kartoffelbeilage in der Bratpfanne zubereiten kann.

Dazu die Kartoffeln schälen, kurz in kaltem Wasser waschen, abtropfen lassen und mit einem Küchentuch trocken tupfen.

Anschließend jede Kartoffel in etwa 1 cm dicke Scheiben, diese wiederum in etwa 1 cm breite Streifen und danach in kleine Würfel schneiden.

Die gewürfelten Kartoffeln wiederum in einem Küchentuch oder in einer doppelten Lage Küchenkrepppapier trocken tupfen.

In eine beschichtete Bratpfanne 2 EL Olivenöl einfüllen, die rohen Kartoffelwürfel in die Pfanne geben und gut mit dem Öl vermischen, sodass sie ganz mit einer glänzenden Ölschicht überzogen sind.

Etwa einen EL Rosmarinnadeln abzupfen, mit einem Messer etwas kleiner schneiden und mit den Kartoffelwürfeln in der Pfanne vermischen.

Erst jetzt die Herdplatte aufdrehen, die Kartoffelwürfel unter Wenden zart hell anbraten. Danach die Temperatur zurück schalten und die Rosmarin- Kartoffelwürfel unter mehrfachem Wenden in etwa 15 – 20 Minuten langsam durchgaren.

Ein paar Minuten bevor die Kartoffelwürfel fertig gebraten sind, kann man nach Wunsch eine zerquetschte Knoblauchzehe unter die Kartoffeln mischen.

Die Rosmarin- Kartoffelwürfel erst ganz am Schluss mit Salz würzen, etwas klein gehackte frische Rosmarinnadeln darüber streuen und frisch zubereitet aus der Pfanne als kräuterwürzige Kartoffelbeilage zu kurz gebratenem Fleisch, Fisch, Gemüse, Salat oder als Tapas zu einem Lammkotelett usw. servieren.

Kalorienangaben

Eine Portion Rosmarin- Kartoffelwürfel enthalten ca. 200 kcal und ca. 8 g Fett

