

Bratkartoffeln mit Gierschblättern und Phlox

by Andreas - Mittwoch, Juli 28, 2010

<http://mundgericht.de/index.php/bratkartoffeln-mit-gierschblattern-und-phlox/>

Giersch ist eine wildwuchernde Pflanze, die der Gärtner unter der Rubrik „leidiges Unkraut“ abhakt. Das war nicht immer so. Giersch auch unter dem Namen Zipperleinskraut bekannt, wurde früher als Mittel gegen Rheuma und Gicht verwendet. Die Pflanze ist reich an Kalium und Vitamin C. Die Blätter der Pflanze lassen sich wunderbar in der Küche verwenden. Sie schmecken nach Petersilie und Karotten. Besonders gut sind die jungen Blätter im Frühjahr.

Phlox auch Flammenblume genannt, gibt es in unendlich vielen Formen und Farben. Die Blüten haben keinen besonders ausgeprägten Geschmack, veredeln aber optisch jedes Gericht.
(Vielen Dank für dieses Rezept an Conny)

200 gr. junge Gierschblätter

1 kleine Zwiebel

100 ml Weißwein

2 Kartoffeln

4 EL Rapsöl

2 EL geriebener Parmesan

Salz

Pfeffer

Phloxblüten

Die Gierschblätter fein hacken und mit der fein gewürfelten Zwiebel in 2 EL Rapsöl anbraten. Den Weißwein dazu gießen und 5 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln schälen und in fingerdicke schneiden und in einer Pfanne im restlichen Rapsöl auf goldbraun braten. Dann die Giersch/Zwiebelmasse auf die Scheiben geben und mit Parmesan bestreuen. 5 Minuten bei geschlossenem Deckel braten. Zum Schluss die Phloxblüten über alles verteilen.

PDF generated by Kalin's PDF Creation Station