

So schmeckt unser Landkreis

Kartoffel- Spargel- Pfanne

Zutaten für 4 Personen

1 kg	Kartoffeln, kleine (Frühkartoffeln)
2 Bund	grüner Spargel
½ kg	Kirschtomaten
3 EL	Olivenöl Salz und Pfeffer Parmesan
1 Bund	Frühlingszwiebeln

Zubereitung

Die Kartoffeln gründlich waschen, 8 Minuten in Salzwasser vorkochen und größere eventuell halbieren. Oder man schält die Kartoffeln, schneidet sie in Scheiben und kocht sie dann im Salzwasser so ca. 5-8 Minuten. Sie sollten jedoch noch nicht ganz weich gekocht sein.

Den Spargel am unteren Drittel schälen und in 4-5 cm große Stücke schneiden. Die Tomaten waschen und je nach Größe halbieren oder ganz lassen. Die Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden.

Öl in einer möglichst großen Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin 5 Minuten anbraten; Spargel und Zwiebelringe dazu

geben, salzen, pfeffern und 5 Minuten weiter braten; dann die Kirschtomaten dazugeben und alles noch ca. 5 Minuten garen lassen.

Parmesan darüber hobeln und servieren – zum Beispiel zu Schwein oder Lamm oder auch als eigenständige Mahlzeit mit einem herzhaften Kräuterquark oder Zaziki.

Diese Kartoffelpfanne kann man auch gerne mit anderem Gemüse zubereiten, zum Beispiel Bohnen, Paprika, Champignons. Das Gemüse je nach Art vorbereiten und vielleicht auch kurz vorgaren und dann wie oben beschrieben in der Pfanne braten.