

Rezept des Monats Jänner 2009

Kartoffelauflauf mit wertvollem viel Eiweiß und Kalium

Zutaten:

- * 1 kg Kartoffeln
- * 1-2 Zwiebel
- * 2-3 Knoblauchzehe
- * 2 EL Butter
- * 2 Eier
- * 150 g Rahm-Brie oder Camembert
- * 1/4 l Milch
- * 1/8 l Schlagobers
- * Salz, Pfeffer gemahlen, Muskatnuß gerieben
- * gehackte Petersilie

Zubereitung:

Kartoffel schälen und in Stücke schneiden, mit Salzwasser ca. 15 Minuten kochen. Zwiebel schneiden, in heißer Butter leicht bräunen, gehackten Knoblauch kurz mitrösten. Kartoffelstücke pürieren und Zwiebel-Knoblauchgemisch unterrühren. Milch und Obers mit den Eiern verrühren zur Kartoffelmasse geben, Käse ebenfalls unterrühren und mit Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken.

In einer ausgefetteten Auflaufform ca. 15 Minuten bei ca. 225 Grad backen. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

Tipp: Dazu passt hervorragend ein knackiger Blattsalat.

Kartoffeln:

Für uns ist sie vom Speiseplan nicht mehr wegzudenken, aber das war nicht immer so. Wann, wie und durch wen die Kartoffel nach Europa kam, ist bis heute nicht genau geklärt. Auf ihrem Weg von Südamerika nach Spanien machte die Kartoffel Zwischenstation auf den (spanischen) Kanarischen Inseln. Der früheste Beleg dafür, dass die Kartoffel Spanien erreicht hat, findet sich in den Büchern des Hospital de la Sangre in Sevilla, das im Jahre 1573 Kartoffeln eingekauft hat. Man nimmt an, dass die Kartoffel Spanien spätestens 1570 und frühestens 1564/65 erreicht hat, da ansonsten der Botaniker Clusius, der das Land 1564 auf der Suche nach neuen Pflanzen bereiste, sie wohl bemerkt hätte. Von Spanien aus gelangte die Kartoffel nach Italien und breitete sich dann langsam auf dem europäischen Festland aus. Auf die britischen Inseln soll die Kartoffel ohne den Umweg über Spanien gelangt sein. Erstmals belegt ist die Kartoffel in England im 1596 in London erschienenen Katalog der Pflanzen, die der Botaniker John Gerard in seinem Garten in Holborn züchtete. Nach Europa wurde die Kartoffel vielfach wegen der schönen Blüte und des üppigen Laubes als reine Zierpflanze importiert und als seltene Pflanze in botanische Gärten aufgenommen. Mitte des 16. Jahrhunderts tauchte sie in den Niederlanden, in Italien und in Burgund auf. In Deutschland erschien sie erstmals unter der Regierung Karl V. Nach einigen Quellen sollen die ersten Kartoffeln innerhalb Deutschlands in Bayern angebaut worden sein. Der Anbau in großem Stil begann 1684 in Lancashire, 1716 in Sachsen, 1728 in Schottland, 1738 in Preußen und erst 1783 in Frankreich.

Dieses Rezept drucken