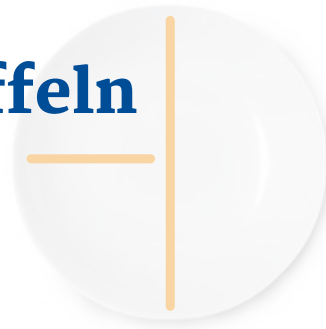




Saftige Käse-Kartoffeln



Menge

2500 g für 3- 4 Portionen

Zutaten

1 kg	Kartoffeln
½	Paprika
4	Zwiebeln
5 EL	Rapsöl
600 g	Tomaten
200 g	Gouda
1 TL	Salz/Kräutersalz
10 g	Thymian, getrocknet
1	Gurke

Zubereitung

Kartoffeln mit Schale kochen, pellen und in Scheiben schneiden.

Paprika waschen und entkernen, **Zwiebel** schälen.

Beides würfeln und mit dem **Öl** in der Pfanne ca. 5 Minuten mit Deckel dünsten.

Tomaten waschen und in Stücke schneiden. **Gouda** grob würfeln.

Kartoffeln in die Pfanne geben und unter vorsichtigem Wenden goldbraun braten.

Salz und **Thymian** hinzugeben und alles miteinander vermengen.

Tomaten zugeben und mitbraten. **Käsewürfel** unterrühren und schmelzen lassen.

Gurke waschen, in Stifte oder Scheiben schneiden und auf einem Teller anrichten.

Nährwertangaben je 100 g



Energie	362 kJ / 86 kcal	Eiweiß	3,0 g
Fett	4,5 g	Ballaststoffe	1,2 g
gesättigte Fettsäuren	1,9 g	Natrium	164 mg
Kohlenhydrate	8,9 g		
davon Zucker	1,7 g	Gemüse/Obst/Nuss	51 g

Hinweis

Reife, aromatische Tomaten geben dem Gericht besonders viel Geschmack.