



Carbonada criolla

Argentinischer Eintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln und Gemüse

4 Portionen als Hauptmahlzeit:

3 Tomaten
 1 Zwiebel
 1 Peperoni
 500 g Rindfleischragout
 1 EL Öl
 1 Knoblauchzehe
 Chilipulver, Salz, Pfeffer, Majoran
 1 dl Rotwein
 750 g Kartoffeln
 1 Stück Knollensellerie oder 1 Stängel Stangensellerie
 500 g Birnen

Tomaten würfeln. Zwiebel fein hacken. Peperoni halbieren, entkernen und in Vierecke schneiden.

Fleisch im Öl kräftig anbraten. Zwiebel, gepresste Knoblauchzehe und Peperoni beifügen, gut dünsten. Tomaten zufügen. Mit Chilipulver, Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Mit Rotwein ablöschen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Minuten sanft köcheln lassen.

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und beifügen, weitere 40 Minuten garen.

Sellerie schälen und klein würfeln, Stängel in Rädchen schneiden. Birnen schälen und ohne Kerngehäuse in Schnitze schneiden. Beides zufügen, das Ganze weitere 15 Minuten zugedeckt köcheln. Abschmecken und servieren.



Knusprige Kartoffelfische

Fischfilets in Kartoffelkruste, dazu eine kalte Sauerrahmcreme

4 Portionen als Hauptmahlzeit:

800 g Kartoffeln
 4 grosse, dünne Fischfilets z.B. Goldbutt
 Salz, Pfeffer
 2 EL Mehl
 1 Ei
 3 EL Butter
 1 Bund Schnittlauch
 1 Becher Sauerrahm oder Saurer Halbrahm (180 g)
 1 TL Zitronensaft
 Salz, Pfeffer

Kartoffeln schälen und auf der Bircherraffel reiben. Die Masse ausdrücken und anschliessend gut lockern. Mit Salz und Pfeffer würzen, in 4 Portionen teilen.

Fischfilets würzen, erst im Mehl, dann im gut verquirlten Ei wenden. Fischfilets in die Kartoffelraspel legen, gut andrücken, wenden und wieder gut andrücken. Die mit Kartoffeln panierten Fischfilets in der Butter beidseitig je ca. 4 Minuten braten.

Schnittlauch fein schneiden, mit dem Sauerrahm und Zitronensaft verrühren, würzen. Die kalte Creme zu den frisch gebratenen Kartoffelfischen servieren.

Tipp: Mit Spinat oder Broccoli servieren.

All you need is  .