



# SCHWENKKARTOFFELN

---

## Informationen:

- Für 4 Portionen
- Kostet etwa 0,25 € pro Portion
- Die Zubereitungsdauer liegt um die 25 Minuten, um die Kartoffeln zu kochen
- Die Zubereitungsdauer liegt um die 30 Minuten, um die Kartoffeln abkühlen zu lassen
- Die Zubereitungsdauer liegt um die 20 Minuten, um die Kartoffeln zu braten

## Nährwerte pro 100 g im Durchschnitt:

- Kcal: 109
- KJ: 455
- Fett: 4,2 g
- KH: 15,2 g davon 2,0 g Zucker
- Eiweiß: 1,7 g

**Alle Angaben sind Zirka-Werte und ohne Gewähr.**

---

## Zutaten:

### Für die Schwenkkartoffeln:

- 1 kg Kartoffeln vorwiegend festkochend
- 50 g Butter
- 1 TL Salz für das Wasser, in dem wir die Kartoffeln kochen
- 1 TL Kümmel für das Wasser, in dem wir die Kartoffeln kochen
- etwas Salz und Pfeffer aus der Mühle, um die gebratenen/geschwenkten Kartoffeln abzuschmecken

---

## Zubereiten:

### Teil 1:

- Die Kartoffeln waschen, NICHT schälen.
- Die ungeschälten Kartoffeln in einen Topf geben.
- Soviel warmes Wasser in den Topf geben, dass die Kartoffeln etwas mehr als bedeckt sind.
- Das Salz und den Kümmel in das Wasser geben.
- Den Topf mit Deckel auf den Herd stellen und die Herdplatte auf hohe Hitze stellen.
- Wenn das Wasser kocht, die Hitze auf mittlere Hitze stellen und die Kartoffeln mit Deckel „bissfest“ kochen. Bei mir hat das rund 25 Minuten gedauert.
- Mit einem kleinen Küchenmesser in eine Kartoffel stechen, um zu prüfen, wie weich die Kartoffeln inzwischen sind.
- Wenn die Kartoffeln weich genug sind, den Topf vom Herd nehmen und das heiße Wasser abgießen.
- Den Topf an die Seite stellen und die Kartoffeln OHNE Deckel auskühlen lassen.

### Teil 2:

- Eine große Pfanne auf den Herd stellen.
- Die Butter dazugeben und die Herdplatte auf mittlere Hitze stellen.
- Wenn die Butter zerlaufen ist, die Kartoffeln mit der Schale halbieren und die Hälften direkt in die Pfanne zur Butter geben.
- Die Kartoffeln unter gelegentlichem Schenken rund 10 Minuten braten.
- Zum Schluss mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

### Tipp:

- Etwas gehackte frische Blatt Petersilie oder kleingeschnittenen Schnittlauch über die gebratenen Kartoffeln geben.
- Man kann zubereitete Kartoffeln problemlos mit der Schale verzehren.
- Zusätzlich kann man die Schwenkkartoffeln mit etwas gemahlenem Kümmel und Paprikapulver würzen.