

Tomate



1. TOMATENSALAT 2–3 Tomaten pro Person nach Belieben in Scheiben oder Achtel schneiden, Kirschtomaten halbieren. Tomaten auf einem Teller oder einer Platte verteilen und leicht salzen. 10–30 Minuten ziehen lassen. Mit Olivenöl beträufeln, mit ein paar Tropfen Weißwein-, Kräuter- oder Balsamessig zusätzlich beleben. Besonders schön mit bunten Kirschtomaten!

2. TOMATE-MOZZARELLA Tomaten lassen sich, wie oben mariniert, auch mit Mozzarella oder Burrata, Basilikum und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer anrichten.

3. GRÜNE TOMATEN „CHILE“ Hüttenkäse und frisch geschnittener Koriander und etwas Zitronensaft anstelle von Essig machen aus Green-Zebra-Tomaten ein Fest, die Aromen ergänzen sich perfekt.

4. SKANDINAVISCHER TOMATENSALAT Eine Entdeckung ist die Kombination von Tomate und Dill – mit ein paar Spritzern Kräuter-, Weißwein- oder Sherry-Essig und frisch geschnittenen Zwiebelringen gemischt.

Tomaten lieben auch:

Estragon, Kerbel, Pimpinelle

geröstete Pinienkerne oder Haselnuss-Blättchen, geröstete Walnüsse

scharf gewürzten Tomatensaft oder grüne Tabascosauce

Knoblauch

Basilikum-Pesto ([S. 63](#)) oder Oliven-Tapenade ([S. 62](#))

ein paar cremig gerührte Kleckse saure Sahne oder Crème fraîche

fruchtige Kombinationen mit Wassermelone, Mango oder Pfirsich ([S. 99](#))

Kartoffeln



1. PELLKARTOFFELN MIT BUTTER Kartoffeln (200–350 g pro Person) mit Schale gründlich waschen und mit kräftig gesalzenem Wasser (probieren, es soll deutlich nach Salz schmecken) bedeckt in einem Topf aufkochen. Je nach Größe der Kartoffeln ca. 10 Minuten (kleine Kartoffeln), 20–25 Minuten (mittelgroß) bis zu 25–30 Minuten leise köchelnd garen. Geht ein Metallspieß oder Messer ohne größeren Widerstand durch die gegarten Kartoffeln, sind sie fertig. Kartoffeln abgießen, kurz unter kaltem Wasser abschrecken (pellt sich später besser), leicht ausdampfen lassen und heiß servieren. Mit Salz und Butter serviert, sind gute Pellkartoffeln ein Fest für sich!

2. SCHWENKKARTOFFELN MIT PARMESAN Salz, Butter und frisch geriebener junger Parmesan machen das Fest noch ein bisschen besser. Die Pellkartoffeln dafür können auch vom Vortag sein und lassen sich in einer Pfanne in etwas Öl durchschwenken und leicht anbraten.

3. SAURE KARTOFFELN Gekochte Kartoffeln schälen, noch warm in Scheiben schneiden. Schalottenwürfel und/oder Schnittlauchröllchen mit 2–3 EL Essig und 3–4 EL Öl verrühren und die Kartoffeln damit beschöpfen.

4. KARTOFFELN MIT QUARK Absolutes Alltags-Lieblingsessen, wenn wenig Zeit ist! Quark (nach Wunsch Sahne-, Halbfett- oder Magerquark) mit frisch geschnittenen Kräutern wie Petersilie, Schnittlauch, Pimpinelle oder Dill verrühren. Im Winter sind TK-Kräutermischungen keine Schande. Quark mit Salz und 1 Spritzer Essig abschmecken und zu den Pellkartoffeln servieren.

Pellkartoffeln lieben auch:

Aromatische Öle wie Olivenöl, Leinöl, kaltgepresstes Rapsöl, Nuss- oder Kürbiskernöl. Ein paar Tropfen reichen!

Einfache Öle zuvor würzen: mit wenig zerdrücktem Kümmel oder Kräutern der Provence, mit 1 Prise Currypulver, Ras el-Hanout und/oder Chiliflocken, mit einem Hauch abgeriebener Bio-Zitronen- oder Mandarinschale. Würzöl am besten schon mit etwas Vorlauf anrühren, das zieht dann besonders aromatisch durch.

Drüber, drauf, dazu: geröstete Nüssen, Rauke, Kresse, Frühlingszwiebeln oder Schnittlauch in Röllchen, dänische Röstzwiebeln, geröstete Kürbiskerne, Radieschen-Scheiben, Spiegeleier.

Zu schnell gekocht? Pellkartoffeln warmhalten wie meine Oma: Die abgegossenen gekochten Kartoffeln hat meine Oma im Topf mit Deckel in ein Geschirrtuch und ein Handtuch gewickelt und dann im Bett unter die Decke gesteckt! Bleibt echt lange heiß. Funktioniert auch mit Reis!