

Die Kartoffel, das genussvolle Grundnahrungsmittel in Krisenzeiten

Kartoffelgratin

Für 4-6 Portionen Beilage.

Zutaten:

- 800-1 kg Kartoffeln (mehligkochende)
- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe gepresst
- 2 dl Milch
- 2 dl Rahm
- 80 g Reibkäse
- Muskatnuss
- ¼ TL Salz, Pfeffer



Variation: Das Gratin kann mit Speckwürfeli oder mit Gemüse wie z.B. Pilze oder Lauch oder Frühlingszwiebeln ergänzt werden.

Zubereitung:

1. Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Zwiebeln in feine Ringe schneiden.
3. Kartoffeln und Zwiebeln in der Gratinform schichten.
4. Guss: 60g geriebenen Käse mit Milch und Rahm vermischen. Knoblauchzehe pressen und begeben. Den Guss mit Salz, Muskatnuss und Pfeffer würzen und über die geschichteten Kartoffeln und Zwiebeln giessen.
5. Die übrigen 20g Reibkäse über den Gratin streuen und ab in den Ofen.
6. Im Backofen bei 220 °C während ca. 50 Minuten gratinieren.

Tipp:

Kartoffelgratin ist eine passende Beilage zu einem Stück Fleisch (z.B. Rind), zu einem Chili-Bohnen Gericht, Gulasch oder zu Fisch.

Für den farblichen Kontrast auf dem Teller eignen sich z.B. Spargeln, Brokkoli, Bohnen oder ein bunter gemischter Salat.