

Männerkochkreis Groß Glienicke, 16.12.2015

Menü - Gang Nr. 2 Für 8 Personen !!!

Kartoffel - ~~Schmand~~ - Pfanne : von Jürgen Luckmann

1. Möhren ( 700 g ), waschen, putzen, schräg in dünne Scheiben schneiden, mit 2 - 4 EL Öl und 4 - 6 EL Wasser mit geschlossenem Deckel bissfest garen. ca. 10 Min. Die Möhren mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Und beiseite stellen.
2. Champignons ( 600 g ) putzen, wenig waschen; trocknen und blättrig schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, ( 1 1/2 Zitronen ), nach kurzer Zeit abtupfen und mit Öl knusprig braten. Salzen und Pfeffern, aus der Pfanne nehmen.
3. Kartoffeln für Pellkartoffeln ( 2000 g ) 25 bis 30 Minuten mit Salz und Kümmel kochen. Abpellen und in dünne Scheiben schneiden, in zwei Portionen braten, wegen der Menge !
4. Kartoffeln, Möhren und Pilze mischen
5. ~~Schmand ( 400 g ) und Joghurt ( 200 g )~~ verrühren und zu den Kartoffeln und dem Gemüse geben. Essen abschmecken und mit Schnittlauch bestreuen.
6. Nun folgt die Zubereitung des SCHWEINEFILETS

\* Wir haben uns am Kochabend spontan entschlossen, den Schmand v. Joghurt wegzulassen.

Seite - 2 -