

**Jacqueline Amirfallah**  
**Würzige Bratkartoffeln mit Joghurt-Terrine**

**Mittwoch, 4. März 2020**  
**Rezept für 4 Personen**

**Dauer: mehr als 4 Stunden**  
**Schwierigkeitsgrad: einfach**

**Mediterran, leichte Küche**

**Zutaten:**

1 kg	Kartoffeln, fest kochend
etwas	Salz
1 Bund	Koriander
500 g	griechischer Joghurt
1 TL	Korianderkörner
2	Bio-Zitronen
8 Blatt	Gelatine
etwas	Zucker
2	rote Chilischoten
2	Knoblauchzehen
2 Stängel	Minze
1 TL	Kreuzkümmel, gemahlen (Cumin)
6 EL	Olivenöl
2	rote Zwiebeln
1	Romanasalat
2 EL	Butterschmalz

**Zubereitung:**

1. Kartoffeln unter fließendem Wasser abbürsten und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser weich kochen. Dann abgießen, pellen und durchkühlen lassen.
2. Koriander abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen. 1/4 der Blätter beiseite legen, die restlichen Blätter mit der Hälfte vom Joghurt in einen Mixer geben und untermixen.
3. Die Korianderkörner grob mörsern und unter den restlichen Joghurt mischen.
4. Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen und von einer Zitrone etwas Schale abreiben.
5. Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
6. Beide Joghurtmischungen mit Salz, je einer Prise Zucker und etwas Zitronenabrieb abschmecken.
7. In einem Topf 4 EL Wasser erhitzen und die eingeweichten Gelatineblätter darin auflösen. Jeweils die Hälfte der eingeweichten Gelatine zu den beiden Joghurtmischungen geben und gründlich verrühren.
8. Eine Terrinenform (ca. 800 ml Inhalt) ausspülen und mit Frischhaltefolie auslegen. Beide Joghurt-Massen nacheinander hineingeben und dann mit einer Gabel einmal längs durchrühren, damit ein hübsches Muster entsteht. Die Terrine mit der Folie abdecken und ca. 4 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.
9. In der Zwischenzeit für die Kartoffelwürzmasse die Chilis abwaschen, halbieren, die Kerne austreichen. Chilihälften grob schneiden. Knoblauch schälen und vierteln. Minze abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Von den Zitronen den Saft auspressen.

10. Minzblättchen mit Chilis, Knoblauch, Kreuzkümmel, der Hälfte vom Zitronensaft, 2/3 vom Olivenöl und etwas Salz grob mixen.
11. Rote Zwiebeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Die abgekühlten Kartoffeln in Würfel (oder Scheiben) schneiden. Romanasalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.
12. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Kartoffeln darin goldbraun braten, die Chilimasse und rote Zwiebeln zugeben, untermischen und alles zusammen 2 Minuten braten.
13. Die Salatblätter in Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen, restliches Olivenöl und Zitronensaft darüber gießen und gut vermischen.
14. Die Joghurtterrine aus der Form heben, Folie entfernen. Terrine aufschneiden und auf Tellern anrichten, mit den restlichen Korianderblättern garnieren. Die Bratkartoffeln und den Salat dazu servieren.

Pro Portion: 560 kcal / 2350 kJ  
39 g Kohlenhydrate, 14 g Eiweiß, 38 g Fett