

Für Leib...

Kartoffelschmaus des Deichhirten

(für 2 Personen)

Zutaten:

2 Portionen kleine, neue Pell-Kartoffeln vom Vortag
etwas Öl, etwas Butter, Kräutersalz und Pfeffer
frischen Schnittlauch und frische Petersilie

100 Gramm Schafskäse in Lake

2 Tomaten

½ Salatgurke

1 kleine rote Zwiebel

Balsamicoessig

Zubereitung:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln von allen Seiten schön braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die Butter dazugeben. Kurz die Kartoffeln darin rösten, denn das ist das „Geheimnis“ für leckere und knusprige Bratkartoffeln.

Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

In der Zwischenzeit die Tomate waschen, den Strunk entfernen und in Scheiben schneiden.

Ebenso die Gurke schälen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel pellen und auch in Scheiben schneiden.

Tomaten, Gurke und Zwiebel fächerartig auf einer Platte legen. Kräftig mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

Nun den Schafskäse aus der Packung nehmen und abtupfen. Mit den Händen zerbröseln und auf das Gemüse streuen. Etwas Essig und Öl darüber gießen.

Mit reichlich gehackten Kräutern servieren und zu den Kartoffeln reichen.



Gutes Gelingen und guten Appetit!

...und Seele!

Der Segen Gottes mit dir

Möge Gott dir immer gewähren:

Sonnenstrahlen, die dich erwärmen,

Mondlicht, das dich verzaubert,

einen Engel, der dich vor Schaden bewahrt.

Das Grün der Wiesen bringe Freude in deine Augen,

das Blau des Himmels vertreibe deinen Kummer,

die Sanftheit der Nacht macht alle dunklen Gedanken unsichtbar.

(Irischer Segenswunsch)