

Kartoffel-Gemüse-Pfanne mit Kräuterquark



©Stephanie Natalie

Zutaten für 2 Personen:

- 600 g geschälte gekochte Kartoffel
- 200 g rohen grünen Spargel
- 1 rote Paprika
- 12 Cocktailtomaten
- 1 große Karotte
- 1 EL Olivenöl
- etwas Rucola zum Garnieren

Für den Kräuterquark habe ich 100 g Magerquark, 1 Spritzer Zitronensaft, Salz, Pfeffer und getrocknete Petersilie vermischt.

Zubereitung:

Die Kartoffel in grobe Stücke schneiden. Spargelenden abschneiden und ebenfalls in 1 cm große Stücke schneiden. Spitzen etwas größer lassen.

Die gekochten Kartoffel in 1 EL Olivenöl kross braten. Die Karotten, den Spargel und die Paprika hinzufügen und weiterbraten. Mit Salz, etwas Suppenbrühe, Knoblauchsatz, Zwiebelsatz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

Erst zum Schluss die Cocktailtomaten unterheben. Mit Quark und Rucola garnieren.