



AKTIONSTAGE

ÖKOLANBAU NIEDERSACHSEN

FESTE UND FEIERN AUF BIO-HÖFEN
IN NIEDERSACHSEN



Reza Mohamadi (links), Elfriede Runde, Elke und Everhard Hüseman vom Naturlandhof Hüseman in Nordhorn-Hesepe.

Kartoffel- Trilogie von Elke Hüseman

Einfach und pfiffig

Unser Hof liegt in Nordhorn. Wir bewirtschaften 75 Hektar Acker- und Grünland. Wir haben 40 Milchkühe, außerdem Kälber und Legehennen und bauen unter anderem Kartoffeln, Dinkel und Kürbisse an.

Hofladen-Öffnungszeiten

Di. und Fr. von 10 bis 13 Uhr und von 15 bis 18.30 Uhr,
am Mi. und Sa. Stand auf dem Wochenmarkt,
Marktplatz in Nordhorn.

„Viele sagen, dass Sie keine Zeit haben, Kartoffeln zu kochen und deshalb Nudeln kochen. Das ist schade, denn Kartoffeln schmecken gut. Die Kartoffel-Trilogie essen wir, wenn auf dem Hof viel zu tun ist und wir wenig Zeit zum Kochen haben.“

Kartoffel-Trilogie

Einmal kochen,
dreimal essen



Zutaten für 2 Personen:

2 kg festkochende Kartoffeln • 4 Eier, 250 g Magerquark • 150 g Crème fraîche • 1 Glas Gewürzgurken, 1 Bund Schnittlauch • gemischte Kräuter • 1 kleine Zwiebel • 1 Esslöffel Sesam • Salz, Pfeffer, Rapsöl oder Olivenöl

1.Tag: Pellkartoffeln mit Kräuterquark

Kartoffeln waschen, kochen, heiß abpellen, zwei Drittel der Kartoffeln für den nächsten Tag in den Kühlschrank stellen. Kräuterquark: 250g Magerquark mit 2 Esslöffeln Öl verrühren, kleingeschnittene Kräuter unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und Sesam darüber streuen.

2.Tag: Bratkartoffeln mit Spiegelei

700 g kalte Kartoffeln in Scheiben schneiden, halbe Zwiebel in Würfel schneiden. Einen Esslöffel Öl in der Pfanne erhitzen, Zwiebelwürfel anbraten und die Kartoffelscheiben dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn die Kartoffeln knusprig sind, zusammenschieben und zwei Spiegeleier braten, mit Schnittlauch bestreuen.

3.Tag: Kartoffelsalat mit Ei und Gurken

Aus Crème fraîche und wenig Essigwasser aus dem Gurkenglas eine dickflüssige Soße anrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. 600g kalte Kartoffeln in Scheiben schneiden und in die Soße geben. Eine halbe Zwiebel und etwas Schnittlauch kleinschneiden und mit den Kartoffeln verrühren. 2 Eier hart kochen, halbieren und auf dem Kartoffelsalat anrichten, dazu Gewürzgurken servieren.