

# Papas Rellenas mit Krautsalat und Salsa Criola



Fotos Silke Wenning

Zusammengeschrieben und auf CC umgesetzt von Silke Wenning

Ich habe mich hauptsächlich an diesem Ursprungsrezept mit Beilagen orientiert:

<http://www.deutsche-gesundheitsauskunft.de/deutsche-gesundheitsauskunft/mahlzeit/papas-rellenas-gefuellte-peruanische-kartoffeln/>

Hier meine Zutaten und Anleitung, die Beilagen sollten zuerst fertiggestellt werden, damit sie gut durchziehen können:

## **Teig:**

1 kg Kartoffeln (vorwiegend festkochend)

schälen, grob würfeln und kochen anschließend in den Kessel geben

1 Ei

150 g Kartoffelstärke

etwas Muskat gerieben

Salz

Pfeffer

Mit K-Haken zu einem festen Teig verarbeiten.

Den Teig auf bemehlter ALU-Folie auskühlen lassen, er sollte schnittfest sein, sonst noch etwas Stärke hinzugeben



### **Füllung:**

2 rote Zwiebeln gewürfelt mit

2 gehackten Knoblauchzehen anbraten

300 g Rinderhack zugeben, krümelig braten

1 gestrichener Teelöffel Chiliflocken und

1 gestrichener Teelöffel Koriander drüberstreuen

2 Esslöffel Ajvar unterrühren

mit Pfeffer und Salz – beides aus der Mühle abschmecken

Masse etwas auskühlen lassen.

Gummihandschuhe anziehen (das machen sie auf dem Weihnachtsmarkt auch, dann klebt es nicht so und das Formen geht einfacher)

Eine Hand voll Teig kneten und plattdrücken, 1 bis 2 Esslöffel Hack in die Mitte geben und den Teigling schließen. Etwas im Mehl wälzen. Sie sollten die Größe einer Backkartoffel haben.

Die Teiglinge entweder in der Fritteuse oder einem Topf frittieren, bis sie goldbraun sind.

Variante Heißluftfritteuse, wer eine hat:

Mit Backpapier auslegen, die Teiglinge mit Öl einstreichen oder einsprühen und bei hoher Temperatur, bei mir war es die höchste Stufe ca. 230 °, ausbacken bis sie goldgelb sind. Zwischendurch immer wieder mal mit Öl einpinseln.



### **Beilagen:**

**Krautsalat – die Zutaten habe ich ein wenig verändert**

1 kleiner oder  $\frac{1}{2}$  Kopf Weißkohl und

1 Zwiebel im Multi mit Scheibe 5 raspeln – in eine hitzbeständige Schüssel geben

100 ml Olivenöl

100 ml Rapsöl

100 ml weißer Balsamico

1 Spritzer Zitronensaft

100 g Zucker

Salz und Pfeffer aus der Mühle

im Kessel (mit Kochrührelement) 140° aufkochen – Dauer ca. 2 min

Das Dressing heiß sofort über Kohl und Zwiebeln geben, umrühren und (mindestens 2 Stunden) ziehen lassen, je länger umso besser.



## **Salsa Criola**

2 rote Zwiebeln halbiert und im Multi mit Scheibe 4 in Halbringe geraspelt

2 Tomaten

2 Jalapeños

gewürfelt

2 EL gehackter Koriander

2 EL gehackte Petersilie

1 Spritzer Zitronensaft

1 fein gehackte Knoblauchzehe

1 EL weißer Balsamico

Salz und Pfeffer aus der Mühle

alles vermengen und ziehen lassen



**Tomaten/Zwiebelsoße** – Im Multi mit Messer

2 rote Zwiebel grob geschnitten

1 Dose (400g) gehackte Tomaten mit Flüssigkeit

1 Esslöffel Tomatenmark

2 mit dem Messer gepresste Knoblauchzehen

1 Esslöffel Olivenöl

1 Teelöffel Oregano

3 bis 4 x pulsieren, bis es püriert ist

Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken, nochmal pulsieren.



---

## Schnelles Feierabend Chili

Rezept zur Verfügung gestellt von Anna Weidner

### **Zutaten:**

- 1 Zwiebel
- 2 Karotten
- 1 Paprika
- 1 Dose Mais
- 1 Dose Kidneybohnen
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Dosen Pizza Tomaten
- 500g Rinderhack
- 300 ml Rinderfond (Gemüsefond)
- 100ml Rotwein
- 2 EL Öl
- 1/2 – 1 TL Chilliflocken
- Salz, Pfeffer

## **Zubereitung:**

Im Multi die Karotten und Paprika in Scheiben schneiden.

Die Zwiebeln und den Knoblauch fein würfeln.

Öl in der schüssel der CC erhitzen. Das Hackfleisch mit dem Kochröhrelement auf Intervallstufe 3 und 140° Grad anbraten.

Zwiebeln und Knoblauch zugeben und kurz mitbraten. Das ganze mit Rotwein ablöschen und diesen vollständig verkochen lassen.

Dann die Pizzatomen, Karotten, Paprika und Fond zugeben. Kräftig mit Salz, Pfeffer und Chilliflocken würzen.

Kurz aufkochen lassen und dann die Temperatur auf 100° zurückdrehen und 15min köcheln lassen.

Mais und Kidneybohnen in einem Sieb abtropfen lassen. In die Schüssel geben und ca. 5 min mitköcheln lassen.

Wir essen gern frisches Baguette dazu. Wer möchte kann aber auch Reis als Beilage servieren.

---

## **Lahmacun – Türkische Pizza**



Rezept und Foto von Marc O Newman/Ruhrpottkochshow

Letztens den Teig in der Cooking Chef gemacht. Perfekt. Habe mein Rezept hier veröffentlicht, falls es mal jemand nachbasteln möchte – ein kleines Träumchen

<https://www.facebook.com/ruhrpottkochshow/posts/1594882820734322:0>

### **Zutaten für 5 Türkische Pizzen (“Lahmacun”):**

#### *Teig:*

250 g Mehl

125 ml Wasser (lauwarm)

7 g Salz

15 g Olivenöl

14 g Hefe

#### Gehacktesmischung:

175 g Rinderhack

2 Zwiebeln

1/2 Bund Blattpetersilie

2 EL (gehäuft) Tomatenmark

1 TL Salz (eventuell nachher noch etwas nachsalzen nach dem Abschmecken...)

etwas Pfeffer

Chiliflocken (nach eigenem Geschmack schärfen)

etwas Paprikapulver

2-3 Tomaten, gehäutet (einritzen und mit kochendem Wasser in Schüssel legen, lassen sich dann im Nu häuten. Vor dem Häuten ggf. mit kaltem Wasser abschrecken)

2 Zehen Knoblauch

#### *Salatbelag:*

Eisbergsalat, fein geschnitten (z.B. Schnitzelwerk)

Tomaten in Achteln

Gurke in Scheiben (Multizerkleinerer/Trommelraffel)

etwas Krautsalat

Zwiebeln in dünnen Scheiben (am besten rote)



Schafskäse in Streifen oder Würfeln

*Joghurtsosse:*

Griechischer Sahnejoghurt

Salz

Knoblauch

**Zubereitung:**

*Teig:*

Aus den Zutaten einen Teig kneten (Knethaken) und 1 Stunde zugedeckt gehen lassen bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat (evtl. ein kleines Bisschen mit Olivenöl einschmieren, damit er nicht austrocknet...)

*Joghurtsoße:*

Griechischen Sahnejoghurt mit Salz und nach Geschmack gepresstem Knoblauch anrühren (am besten mindestens ein paar Stunden vorher machen und im Kühlschrank ziehen lassen, noch besser am Vortag)

Die Zwiebeln, die gehäuteten Tomaten, den Knoblauch und die Blatt Petersilie kleinhackeln (Multizerkleinerer, so fein wie möglich hackeln) und mit den restlichen Zutaten unter den Rinderhack mischen und mit den angegebenen Zutaten würzen.

Wenn der Teig 1 Stunde gegangen ist, diesen in 5 Kugeln aufteilen (ca. 80 g pro Kugel) und diese pro Pizza dann sehr dünn mit dem Nudelholz ausrollen (ein wenig Mehl drauf und drunter, nicht zu viel, nur so, dass es nicht klebt) und den beiden Holzschaufelhälften vom Pizzamaker mit je 2 gehäuften Esslöffeln der Hackfleischmischung belegen (schön dünn auf der ganzen Pizza verteilen).

Pizzamaker auf Stufe 2 vorheizen (ca. 10 Minuten) und die Pizzen dann jeweils bei Stufe 2,5 ca. 2,5 bis 3 Minuten ausbacken. Zwischen den einzelnen Pizzen den Pizzamaker immer wieder auf Stufe 2 zurückdrehen und wenn eine neue Pizza draufliegt, wieder auf Stufe 2,5 hochdrehen (und natürlich wieder Deckel schließen)

Die Pizzen jeweils, direkt, wenn sie aus dem Pizzamaker kommen auf einem Teller stapeln und diesen von der ersten Pizza an mit Frischhaltefolie zudecken, damit die Pizzen so richtig schön "schwitzen" – dann werden sie schön weich und lassen sich nachher gut zusammenrollen.

Wenn alle Pizzen gebacken sind, die weichgewordenen Pizzen (sind dann immer noch lauwarm) entweder kurz vor dem Servieren noch mal 10 – 20 Sekunden auf den Pizzamaker legen oder direkt so mit dem etwas Salat belegen, darüber ein wenig von der Joghurt-Knoblauchsoße geben und nach Geschmack noch mit Chiliflocken schärfen. Pizza zusammenrollen, in Alufolie einschlagen und füttern (also die Pizza, nicht die Alufolie ), dabei nach und nach die Alufolie abziehen oder nach unten ziehen. Ihr wisst schon...

Die Pizzen lassen sich auch ohne Pizzamaker in einer beschichteten Pfanne mit Deckel (ohne Öl in der Pfanne) bei mittlerer Hitze in wenigen Minuten ausbacken... (Hab ich irgendwo auch schon gesehen, aber noch nicht selbst ausprobiert)