

# Lauchkartoffeln



# Lauchkartoffeln

(für 6 Personen)

1 kg Kartoffeln  
(vorwiegend festkochend)

2 Stangen Lauch

1 Becher Schmand

ca. 200 ml Wasser

Salz, Pfeffer, Muskat

1 bis 2 Esslöffel Butter

2 Esslöffel Schnittlauch



Die Kartoffeln waschen, schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser kochen. Den Lauch in feine Ringe schneiden und gut waschen. Die Butter erhitzen und den Lauch darin andünsten, mit dem Schmand und dem Wasser ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat gut würzen. Aufkochen lassen und die fertigen Kartoffeln vorsichtig unterheben. Nochmals aufkochen lassen und mit Schnittlauch bestreuen. Dazu passt sehr gut Feldsalat. Im Frühjahr kann man statt dem Lauch auch zwei Bund Frühlingszwiebeln verwenden.

Rezept: Ingrid Kümpflein,  
Leiterin des Aktivforums Ernährung der KLB Freiburg

[www.landpastoral.de](http://www.landpastoral.de)



Kirche im  
Ländlichen Raum



Erzdiözese  
Freiburg  
*für die Schöpfung*



KATH. LANDBEWEGUNG  
ERZDIOESE FREIBURG



KATHOLISCHE  
LANDFRAUEN  
BEWEGUNG  
Erzdiözese Freiburg



KLJB  
Katholische  
Landjugendbewegung  
Diözesanverband Freiburg