

Gebratene Wachtel an Ofenkartoffeln und Salat



Zutaten für 3 Personen:

- 3 Wachteln
- 500 g Kartoffeln
- 1 Packung Rucola
- 1 Handvoll Paprika-Chips
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Kräuter der Provence
- Paprika-Pulver
- Balsamico-Creme
- 1 Handvoll Parmesan

Zubereitung:

Haut würzen. Bei Variante eins kommen Salz und Pfeffer zum Einsatz, bei Variante zwei Kräuter der Provence. Dazu zählen getrocknetes Basilikum, Rosmarin, Bohnenkraut, Thymian und Lavendelblüten. Die dritte Wachtel erhält ihre Würze durch fein zerkleinerte Paprika-Chips. Anschließend die drei Exemplare in eine Fettpfanne geben und bei 180 Grad Celsius für 20 bis 30 Minuten im vorgeheizten Backofen bei Ober- und Unterhitze knusprig braten.

Die Kartoffeln schälen, mit Olivenöl, Paprika-Pulver und Rosmarin vermengen und auf ein Backblech legen. Zusammen mit den Wachteln im Backofen garen lassen.

Dann den Rucola waschen und gut abtropfen lassen. Danach in einer Schüssel mit Balsamico-Creme, Salz, Pfeffer garnieren und mit geriebenem Parmesan bestreuen.

Wenn alles fertig ist, eine Wachtel zusammen mit Kartoffeln und etwas Salat auf einem Teller anrichten.

Rezept: Jörg Winkler, Fotos: Jana Hövelmann