

Kochen

Shiba

Dienstag, 04.11.2025

Quetschkartoffeln mit Sesamsoße

Für 2-4 Personen

Zutaten

Für die Kartoffeln

2,5 kg Kartoffeln, z. B. Drillinge, festkochend oder vorwiegend festkochend
etwas Salz
7 EL Olivenöl
3 TL Bratkartoffelgewürz oder Gewürzmischung nach Wahl

Für die Sesamsoße

4 EL Sesampaste (Tahini)
1 EL Sojasoße
1 EL Agavendicksaft oder Apfeldicksaft
0,5 Biozitrone, Saft und etwas abgeriebene Schale davon
1 EL Granatapfelsirup oder Johannisbeersirup (Cassis)
6 EL Wasser, ca.
etwas Salz
etwas Pfeffer
3 Stiele Koriander oder Petersilie, nach Belieben
einige Sesamkörner, schwarz, nach Belieben

Zubereitung

1. Kartoffeln gründlich abbrausen und in Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen, ausdampfen und etwas abkühlen lassen.
2. Ein oder zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Die Kartoffeln, mit etwas Abstand auf dem Blech verteilen.
3. Kartoffeln mit der Unterseite eines Glases oder einer Tasse plattdrücken.
4. Olivenöl mit der Gewürzmischung nach Wahl verrühren, die Kartoffeln damit bepinseln.
5. Kartoffeln im Backofen, bei 200 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft: 180 Grad), auf der mittleren Schiene, ca. 20 Minuten backen, bis die Kartoffeln goldbraun und knusprig sind.
6. In der Zwischenzeit für die Soße Sesampaste, Sojasoße, Dicksaft, Zitronensaft und -schale; Granatapfelsirup oder Johannisbeersirup gut verrühren und abschmecken. Wasser erst nach und nach zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht wird. Falls nötig nach Geschmack, noch mehr Dicksaft oder Zitronensaft zugeben.
7. Koriander oder Petersilie fein schneiden.
8. Die Sesamsoße mit Sesam und Koriander anrichten Kartoffeln aus dem Ofen holen und mit der Soße servieren und genießen. Dazu passt Salat.

Tipp: Die Quetschkartoffeln reichen für 2 Personen als Hauptgericht oder für 4 Personen als Beilage. Die Kartoffeln sind eine großartige Beilage zu kurzgebratenem Fleisch oder Frikadellen, Fisch oder Käse z. B. Feta.