

Rezept

Mediterrane Kartoffelpfanne

Ein Rezept von Mediterrane Kartoffelpfanne, am 18.12.2025

Zutaten

600 g kleine, festkochende Frühkartoffeln
200 g Zucchini
2 rote Zwiebeln
1 Zweig Rosmarin
Salz
100 g Ricotta oder Ziegenfrischkäse

4 EL Olivenöl
je 1 rote und gelbe Paprikaschote
2 Knoblauch
100 g schwarze Oliven
Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN 40 MIN. | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal

Zubereitung

- 1.** Die Kartoffeln gut waschen und abtrocknen, ungeschält längs vierteln. 2 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze unter Wenden 15 Min. braten.

- 2.** Inzwischen Zucchini und Paprikaschoten waschen und putzen. Zucchini in 1 cm dicke Scheiben, Paprika in 2-3 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und in Spalten teilen. Knoblauch schälen und fein hacken. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Nadeln abstreifen und hacken.

- 3.** Kartoffeln aus der Pfanne nehmen. Übriges Öl in der Pfanne erhitzen, nach und nach Zwiebeln, Zucchini und Paprika darin ca. 5 Min. anbraten. Oliven abtropfen lassen und mit Rosmarin, Knoblauch und Kartoffeln untermischen. Alles noch 2-3 Min. braten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ricotta oder Ziegenkäse zerbröckeln, darüberstreuen und alles in der Pfanne servieren.