



Knusprige Hasselback-Kartoffeln mit Parmesan und Kräuter-Zitronen-Dip



Zeit gesamt
1h

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	2 St.
Thymian, frisch	10 g
Butter	4 EL
Olivöl	4 EL
Chiliflocken	1 TL
Salz	
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Parmesan, gerieben	100 g
Petersilie, frisch	20 g
Oregano, getrocknet	1 TL
Bio Zitronen	0.5 St.
Joghurt, natur	200 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, kleiner Topf, Backblech mit Backpapier, Pinsel

1. Ofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Knoblauch schälen und fein hacken oder pressen. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen. In einem kleinen Topf Knoblauch, Butter, Olivenöl, Thymian und Chiliflocken erhitzen, kräftig salzen und bei kleiner Hitze ca. 10 Min. köcheln.
2. Kartoffeln waschen und mit einem scharfen Messer längs halbieren. Kartoffeln mit der Schnittkante aufs Brett legen und fächerförmig ein-, aber nicht durchschneiden. Ein Drittel des Parmesans auf dem Backblech verteilen und Kartoffeln mit der Schnittkante darauf verteilen. Kartoffeln mit einem Teil der Butter-Öl-Mischung bepinseln und im Ofen ca. 50 Min. backen. Während des Backens Kartoffeln mit restlicher Mischung bepinseln.
3. In der Zwischenzeit Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Hälfte in eine Schüssel geben und mit Oregano und restlichem Parmesan vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für die letzten ca. 15 Min. der Backzeit die Parmesan-Mischung über die Kartoffeln geben und knusprig backen.
4. Zitrone waschen, Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. Joghurt und restliche Petersilie in eine kleine Schüssel geben, mit Zitronensaft und -schale, Salz und Pfeffer abschmecken. Knusprige Kartoffeln mit dem Kräuter-Zitronen-Dip servieren.

Viel Spaß und guten Appetit!

Tipp: Damit du die Kartoffeln beim Fächern nicht ganz durchschneidest, legst du an die langen Seiten der Kartoffel beim Schneiden jeweils ein Holzstäbchen oder -löffel. So schneidest du nur bis zum Spieß und die Kartoffelunterseite bleibt ganz und hält die gefächerte Kartoffel zusammen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	490 kcal
Kohlenhydrate	48 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	25 g