



Rezepte > Mittagessen

Smashed Pottatoes - knusprige Ofenkartoffeln mit Rosmarin

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, festkochend	1 kg
Salz	
Rosmarin, frisch	10 g
Knoblauchzehen	1 St.
Oliveöl	4 EL
Honig	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, Backblech mit Backpapier

1. In einem Topf Kartoffeln mit Salzwasser bedeckt aufkochen. Zugedeckt auf mittlerer Stufe ca. 20 Min. garen. Anschließend abgießen.

2. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Rosmarin waschen, Knoblauch mit einem Messerrücken platt drücken. Kartoffeln auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und mithilfe eines Glases leicht zusammendrücken. Rosmarin und Knoblauch mit auf das Blech geben, mit Oliveöl und Honig beträufeln und Kartoffeln im Ofen ca. 15 Min. backen.

3. Ofenkartoffeln leicht salzen und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Die Kartoffeln passen zu einem Brunchmenü. Kombiniere die Ofenkartoffeln zum Beispiel mit [Spiegeleier mit Spinat](#), [Frischkäse Brett mit Pesto und gepickelten Zwiebeln](#) und [Brötchenblume mit Karotten](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	254 kcal
Kohlenhydrate	43 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	7 g