



Boxty (irische Kartoffelpuffer) mit süßer oder herzhafter Begleitung

Für ca. 12 Puffer

Ca. 500 g Kartoffeln (das sind ca. 5-6 große, oder 6-7 mittlere. Dazu eignen sich vorwiegend festkochende Kartoffeln, z.B. der Sorte Agria, Bio)

4 Eier

250 g Mehl

1 TL Backpulver

300 ml Milch

ca. 25 g Butter (1 gehäufter EL)

Salz

Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Etwas Öl oder geklärte Butter

Dazu:

Crème fraîche

Räucherlachs

Schinken

Gouda-Käse

Gurken

Apfelmuss oder Marmelade

Zubereitung

Boxty

Zwei Drittel der Kartoffeln mit der Schale in einem Topf mit kaltem gesalzenem Wasser weichkochen. Dann die gekochten Kartoffeln abgießen, kurz noch im Topf ausdampfen lassen. Dann die Knollen schälen und durch eine Kartoffelpresse drücken, alternativ mit einer Gabel gut zerdrücken. Die Kartoffelmasse abkühlen lassen.

Die restlichen Kartoffeln schälen und mit einer Küchenreibe raspeln (sicherheitshalber einen Ofenhandschuh benutzen). Kartoffelraspeln in ein Küchentuch geben und gut ausdrücken.



Die Eier trennen, Eigelbe mit der geschmolzenen Butter, dem Mehl, dem Backpulver, den gestampften Kartoffeln und den Kartoffelraspeln vermischen und die Milch hinzugeben. Einen gestrichenen Teelöffel Salz in die Masse geben, dann alles gut vermischen. Das Eiweiß mit dem Mixer steif schlagen und sanft unter die Kartoffelmasse heben. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Öl oder geklärte Butter in einer Pfanne erhitzen, mit einem Esslöffel kleine Portionen der Kartoffelcreme in die Pfanne geben (max. 4 auf einmal, sonst sinkt die Öltemperatur!). Pfannkuchen von beiden Seiten goldbraun backen, dann auf Krepppapier legen und im lauwarmen Ofen warmhalten.

Alternativ: Kartoffelcreme mit einer Schöpfkelle in kleine Portionen auf einem geölten Backblech verteilen und dieses in den vorgeheizten Ofen schieben. Bei ca. 170° Ober- und Unterhitze dauert es ca. 35-40 Minuten, bis die Boxty fertig sind. Es lohnt sich, sie nach ca. 20 Minuten umzudrehen, damit beide Seiten goldbraun werden. Der Vorteil vom Backen im Ofen: die Pfannkuchen werden alle auf einmal fertig.

Warm servieren, mit Crème fraîche, Käse, Lachs, Gurkenscheiben, oder süß, mit Honig oder Ahornsirup, Apfelmuss oder Marmelade.

Ayran mit Roter Bete

Für 8 Portionen

400 g Sahnejoghurt

400 ml Mineralwasser (mit Kohlensäure)

160 ml stilles Wasser

120 g vorgekochte Rote Bete (Vakuum verpackte oder aus dem Glas)

Joghurt mit stillem Wasser verrühren.

Joghurt-Wasser-Gemisch mit Roter Bete in den Becher eines Standmixers geben, Zudecken und einige Minuten mixen, bis die Flüssigkeit eine pinke Farbe angenommen hat.

Mineralwasser in den Ayran geben und vermischen, mit Salz abschmecken.

Ayran in eine Flasche abfüllen und kühlen.



Wasser blau oder rot

Einen kleinen Rotkohl in Streifen schneiden und in gesalzenem Wasser ca. 30 Minuten kochen, so dass die Streifen gut abgedeckt sind. Das Wasser wird blau. Kohl mit einem Schaumlöffel herausnehmen, Kochwasser abkühlen lassen, durch ein Sieb filtern, und dann nach und nach zum stillen Wasser geben, bis es die gewünschte blaue Farbe annimmt. In eine Flasche abfüllen und kühlen.

Mit Sprudelwasser verändert der Kohlsaft seine Farbe und wird rot! Siehe das Rotkohl-Experiment in

<https://www.ndr.de/nachrichten/info/sendungen/mikado/naturwissenschaft139.html>

Der gegarte Rotkohl ist essbar: er kann mit Öl, Salz, Pfeffer, Orangensaft-, schale, Walnüssen und etwas Balsamico abgeschmeckt werden.