

# Indische Bratkartoffeln

## Zutaten für 2 Portionen

### Für die Kartoffeln

- 750 g Kartoffeln - schälen, in kleine, mundgerechte Würfel schneiden und gut waschen

### *Weitere Zutaten und Gewürze*

- 50 ml Gemüsebrühe (hefefrei)
- 2 EL Kokosöl
- 2 TL schwarze Senfkörner
- 1 1/2 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Kurkuma
- 1/4 TL Chilipulver
- 1 TL Garam Masala
- Kristallsalz
- 2 EL fein gehackte Korianderblätter

## Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 20 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 25 Minuten

Das Kokosöl in einer Pfanne erhitzen und die Senfkörner hineingeben. Sobald sie anfangen zu springen, nacheinander Kreuzkümmel, Kurkuma und Chili dazugeben und unter Rühren kurz anrösten (Vorsicht, die Gewürze brennen schnell an!).

Dann die Kartoffelwürfel in die Pfanne geben, unter mehrmaligem Wenden mit den Gewürzen vermengen und bei mittlerer Hitze abgedeckt 10 Minuten schmoren lassen. Zwischendurch immer wieder wenden.

Mit Garam Masala und Salz bestreuen, kurz vermengen und die Gemüsebrühe angießen. Die Kartoffeln ohne Deckel kurz schmoren lassen, dann den Deckel wieder auflegen und bei geringer Hitze etwa 10 Minuten garen.

Mit Koriander bestreut servieren.

**Nährwerte pro Portion**

Kalorien: 434 kcal, Kohlenhydrate: 68 g, Eiweiss: 10 g, Fett: 13 g



**Link zum Rezept**

<https://zdg.de/indische-bratkartoffeln.html>