

Gefüllte Süsskartoffeln mit lila Wildkräuterpark



ZUBEREITUNG

Heizen Sie den Backofen auf 200°C vor und kleiden Sie ein Backblech mit Backpapier aus.

Waschen Sie die Süsskartoffeln und blauen Kartoffeln. Geben Sie die blauen Kartoffeln in kaltes Salzwasser und kochen Sie diese, bis sie weich sind. Sobald Sie gar sind, seihen Sie das Wasser ab und lassen die Kartoffeln abkühlen.

Die Süsskartoffeln mit Salz und Olivenöl bestreuen und auf das Backblech geben. Im Ofen 1 Stunde backen.

Schälen Sie die Kartoffeln und geben Sie diese durch eine Kartoffelpresse.

Mischen Sie den Quark mit dem Hanföl und Salz in einer Schüssel. Achten Sie darauf, dass das Öl gut mit dem Schafsquark gemischt wird.

Geben Sie die zerstampften Kartoffeln hinzu und vermengen Sie alles gut miteinander.

Zuletzt heben Sie die frischen Wildkräuter und Blüten unter.

Mit frischen Kräutern und Blüten servieren.

ZUTATEN

für 4 Personen

400 g Schafsquark

6 EL Hanföl

1 TL Gewürzsalz

6 EL Wildkräuter,
kleingeschnitten

3 EL Löwenzahn-
blüten

Rosa Pfeffer,
frisch

für das Gemüse

1 Süsskartoffel

4-6 Kartoffeln, blau-lila

Arbeitszeit:

90 Minuten

Rezept von:

Kochbuch Doctor's Kitchen Talk
