



Rezeptidee der Woche

Frühjahr Original: 01 / 2008
überarbeitet: 19 / 2022

Süßkartoffel-Möhrenpüree mit Curry & Limette

500g	Süßkartoffeln	
300g	Möhren	
1	Gelbe Zwiebel	
80g	Butter	
2 TL	Currypulver, süß	
2 TL	Limettensaft	
2 EL	Saure Sahne	
2 EL	Schnittlauch	
	Salz	

Zubereitung für 2 – 3 Portionen:

Die Süßkartoffeln, Möhren und Zwiebel schälen, in gleich große Würfel schneiden und in einem Topf mit wenig gesalztem Wasser zum Kochen bringen.

In ungefähr 20 Minuten zugedeckt weich garen.

Die Butter in einem kleinen Topf erhitzen.

Curry darin unter Rühren kurz anschwitzen und mit dem Limettensaft ablöschen.

Die Butter-Gewürzmischung zu den gegarten Süßkartoffeln & Möhren geben.

Mit einem Kartoffelstampfer alles zu einem feinen bis stückigen Püree zerdrücken.

Auf Tellern anrichten, einen Löffel Saure Sahne oben drauf geben und mit den Schnittlauch-Röllchen garnieren.



Tip: eine eigenständige Mahlzeit bzw. eine raffinierte Beilage.