

Kürbis-Süßkartoffel-Püree



Zutaten für 2 Portionen als Beilage

1/2 kleiner Hokkaido-Kürbis
1 Süßkartoffel
1 walnussgroßes Stück Ingwer
250 ml Kokosmilch
Salz, Pfeffer

Topf mit Wasser aufsetzen, Wasser salzen. Hokkaido waschen, Kerne entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Süßkartoffel schälen und ebenfalls würfeln. Ingwer schälen und klein hacken. Kürbis, Süßkartoffeln und Ingwer im gesalzenen Wasser weich kochen. Wasser abgießen und Kokosmilch hinzugeben. Weiter köcheln und die Kokosmilch auf die Hälfte einreduzieren lassen. Mit dem Pürierstab den Topfinhalt in ein samtiges Püree verwandeln, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und servieren.

Passt hervorragend zu gebratenen Kräuterseitlingen, geröstetem Knoblauch und Portwein-Zwiebeln (siehe Foto) und zu vielen Fleischgerichten.

Guten Appetit!

Stautenhof
MEIN BIOHOF