Süßkartoffelpommes

Zutaten (für 2 Personen):

2 gr Süßkartoffeln

2 EL Olivenöl

Paprikapulver (edelsüß) Oregano, Basilikum, Salz

Zubereitung:

Den Ofen auf 220° vorheizen. Die Süßkartoffel schälen und in Streifen schneiden. Die Süßkartoffel auf einen Backblech geben und mit dem Olivenöl bestreichen. Anschießend das alles noch schön würzen und für 12-15 Minuten in den Ofen schieben.

Erdnuss-Süßkartoffel-Aufstrich

Zutaten (ergibt ca. 400ml):

1 gr. Süßkartoffel
1 Knoblauchzehe
1 EL neutrales Pflanzenöl
50 ml Apfelsaft
50 ml Gemüsebrühe
6 getrocknete und in Öl eingelegte Tomaten
2-3 EL crunchy Erdnusscreme
grüner Pfeffer (in Lake)
Salz

Zubereitung:

Die Süßkartoffel schälen und in Stücke schneiden. Den Knoblauch schälen und zerkleinern. Das Öl in einem kleinen Topf erhitzen und den Knoblauch darin ca. 3 Min. bei mittlerer Hitze andünsten. Süßkartoffelstücke, Apfelsaft und Gemüsebrühe dazugeben. Alles aufkochen und zugedeckt ca. 10 Min. bei schwacher Hitze köcheln lassen. In der Zwischenzeit die getrockneten Tomaten in feine Streifen schneiden und nach ca. 10 Min. zu den Süßkartoffelstücken geben. Anschließend alles weitere 5 Min. garen.
Dann die Erdnusscreme dazugeben und unterrühren. Alles mit dem Kartoffelstampfer im Topf zerdrücken. Den grünen Pfeffer fein hacken und mit 2 EL von der Lake im Glas unter die Mischung rühren. Den Erdnuss-Süßkartoffel-Aufstrich mit Salz abschmecken und vor dem Servieren mindestens 2 Std. abkühlen und dabei durchziehen lassen.