

Süsskartoffel-Selleriepüree

Zutaten für 4 Personen

4 EL	Süsskartoffel
1 grosser	Knollensellerie
Wenig	Salz
Wenig	Pfeffer



Zubereitung

- 1 Süsskartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Sellerie rüsten und in etwas kleinere Stücke schneiden. Zusammen mit Wasser köcheln lassen, bis beides weich ist, ca. 15 Minuten.
- 2 Wenn beides gar ist, mit einem Kartoffelstampfer oder Pürierstab in die gewünschte Konsistenz bearbeiten.
- 3 Da beides einen sehr starken Eigengeschmack hat, braucht es kaum Gewürze, nur etwas Salz und wenig Pfeffer.
- 4 Dazu passt Fleisch sehr gut, z.B. Steak, aber auch Fisch und Gemüse oder Salat.

Tipp

Sehr geeignet für ein Abendessen, wenn man aber nicht mehr zu viele Kohlenhydrate essen möchte.

Auch möglich mit Erbsen oder anderen feste Gemüsesorten, wie Karotten, Kohlrabi, Rindens, etc.