



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 176

Kartoffel-Karotten-Stampf mit Senfeiern

Zutaten

- 250 g Karotten, in Scheiben geschnitten
- 250 g Kartoffeln, gewürfelt
- 2 EL Butter
- 1 EL Dinkelmehl
- 125 ml Milch
-  125 ml Gemüsebrühe
-  1 EL mittelscharfer Senf
-  ½ TL Rohrohrzucker
-  Meersalz
-  ½ TL Bio Bergpfeffer weiß, gemörsert
- 1 Handvoll Rucola
- 2-4 Eier
-  Muskatnuss

Rezept

Karotten und Kartoffeln im Dampfgarer weichkochen. Butter in einem Topf schmelzen, mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Nach und nach mit Brühe und Milch ablöschen und unter Rühren aufkochen, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat. Senf unterrühren und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Warm stellen. Eier in kochendem Wasser 8 Minuten garen, abgießen, abschrecken und schälen. Kartoffeln und Karotten abgießen, dabei die Brühe auffangen. Kartoffel-Möhrenmischung mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen und so viel Brühe untermischen, bis die Masse geschmeidig ist. Mit Salz und Muskat abschmecken. Rucola unter die Sauce ziehen. Karotten-Kartoffelpüree, Sauce und halbierte Eier auf Tellern anrichten. Mit etwas Pfeffer und Rauke garnieren und servieren.

Guten Appetit!