



Schwarzwurzelgemüse mit Orangen und Kartoffelstampf

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Auf den ersten Blick etwas ungewöhnlich, aber so etwas von lecker.

Zutaten

- 800 - 100 g frische Schwarzwurzeln
- Etwas frische Kresse
- 60 - 80 g Butter
- 2 gehäufte El Mehl
- 1 Becher Crème fraiche
- Etwas Milch
- 1 Zitrone
- 1 Orange, Saft und etwas Abrieb
- 50 g Haselnüsse in Scheiben
- 600 g geschälte Kartoffeln
- Gewürze

Zubereitungsart

Schritt1

Die Schwarzwurzeln vorbereiten:

Schritt2

Frische Schwarzwurzel am besten mit einem Einweg - Handschuh schälen. Sofort in ein mit etwas Mehl versetztes Zitronenwasser geben und in Salzwasser "al dente" blanchieren. Abgießen, etwas auskühlen lassen und schräg in 3 - 4 cm lange Stücke schneiden.

Schritt3

Der Ansatz:

Schritt4

Mit 30 - 40 g Butter und 2 El Mehl eine helle Mehlschwitze ansetzen und mit der Milch und Crème fraiche aufgießen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen;.

Schritt5

10 - 15 min. leise auskochen lassen und mit dem Orangensaft und etwas Abrieb abschmecken. Die in mundgerechte Stücke geschnittenen Schwarzwurzeln dazu geben.

Schritt6

Der Kartoffelstampf:

Schritt7

Die gekochten Kartoffeln mit Salz, etwas Muskatnuss und Butter, ev. ein wenig heißer Milch grob stampfen.

Schritt8

Die Haselnüsse in brauner Butter 2 - 3 min. leicht rösten.

Schritt9

Anrichtevorschlag:

Schritt10

Den Kartoffelstampf mit reichlich Haselnussbutter „krönen“, die Schwarzwurzeln dazu placieren und Alles mit frischer Kresse servieren.

Tags: fleischlos, kartoffelstampf, lecker, winterspargel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/schwarzwurzelgemuese-mit-orangen-und-kartoffelstampf/>