



Süßkartoffeln kubanische Art

mit Guacamolecreme und frischem Maissalat



30-40min



2 Personen

Wer gutes „Mojo“ besitzt, hat nicht nur Glück, sondern auch eine richtig leckere Sauce. Heute verwenden wir die unwiderstehliche Mixtur aus Orangen- und Limettensaft, Koriander, Zwiebel und Knoblauch gleich zweimal: als Dressing für einen farbenfrohen Salat und als fruchtig-würzigen Kick in der Guacamole. Darin tunken wir unsere goldbraunen Süßkartoffelpommes doch gerne ein. Herz, was willst du mehr?

- 1 Süßkartoffel
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 1 rote Zwiebel
- 20g Koriander
- 1 unbehandelte Orange
- 1 unbehandelte Limette
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Dose schwarze Bohnen
- 1 frischer Maiskolben
- 150g Kirschtomaten
- 1 Becher Guacamole

- 1-2EL Speisestärke
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Zitruspresse
- Sieb

Allergene
Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Energie 780kcal, Fett 35.1g,
Kohlenhydrate 91.3g, Eiweiß 20.1g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffel samt Schale** in 1-2cm dicke, pommeeartige Stifte schneiden und mit 1-2EL Speisestärke, der **Gewürzmischung** und 2-3EL Olivenöl vermengen. **Tipp:** Wer es nicht so scharf mag, kann auch nur die **1/2 der Gewürzmischung** verwenden.



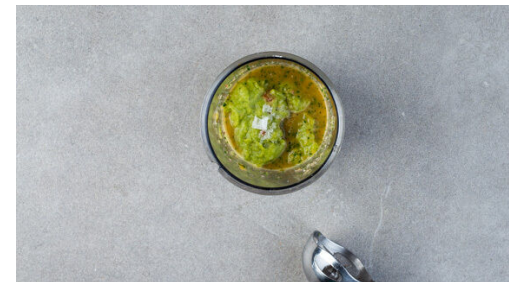
Die **Süßkartoffelpommes** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen, dabei darauf achten, dass die **Pommes** ausreichend Platz haben, ggf. ein zweites Blech verwenden. Die **Süßkartoffelpommes** in 25–30Min. goldbraun backen.



Die **Zwiebel** schälen und fein würfeln. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden. Die **Orange** und die **Limette** auspressen, den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Den **Orangen- und Limettensaft**, die **1/2 der Zwiebel**, den **Knoblauch**, die **1/2 des Korianders**, 1EL Olivenöl und 1TL Zucker in einem hohen Gefäß glatt pürieren. Mit Salz und ggf. mehr Zucker abschmecken.



Die **Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Den **Maiskolben** schälen, dabei ggf. vorhandene Härchen entfernen, und den **Mais** mit einem scharfen Messer vom Kolben schneiden. Die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Bohnen**, den **Mais**, die **Tomaten** und die **restlichen Zwiebelwürfel** mit **2-3EL Mojo** vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Guacamole** mit dem **restlichen Mojo** vermischen und alles erneut pürieren, bis die gewünschte Textur erreicht ist. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.



Etwas **Koriander** für die Garnitur beiseitelegen, den **übrigen Koriander** unter den **Salat** mengen. Die **Süßkartoffelpommes** mit dem **Salat** anrichten und mit dem **restlichen Koriander** und der **Guacamolecreme** garniert servieren.