



Schwarzwurzeln mit knusprigem Speck

auf cremigem Kartoffel-Lauch-Stampf



30-40min



2 Personen

„Spargel des armen Mannes“, lange nannte man so die aus Spanien stammende Schwarzwurzeln. Doch das fast vergessene Gemüse erlebt eine Renaissance – zu Recht! Die Schwarzwurzeln sind geschmacklich alles andere als arm: Mit ihrer würzigen, leicht nussigen Note wird sie heute zur Protagonistin. Wir karamellisieren die köstliche Knolle in süßer Zwiebelmarmelade, dazu gibts knusprigen Speck und cremigen Kartoffel-Lauch-Stampf. Mmh ...

Was du von uns bekommst

- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 1 Bund Schwarzwurzeln
- 2 Packungen Baconstreifen
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Stange Lauch
- 1 Päckchen Zwiebelmarmelade

12

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipps

Die Kartoffeln sind durch, wenn sie sich bei der Messerprobe leicht vom Messer lösen.

Allergene

Milch (7), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 799kcal, Fett 40.0g, Kohlenhydrate 78.0g, Eiweiß 25.9g



1. Kartoffeln kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen, je nach Größe halbieren oder vierteln, dann in das kochende Wasser geben und in 15-20Min. gar kochen. Mit einer Tasse etwas **Kochwasser** abschöpfen, dann die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und zurück in den Topf geben.



4. Schwarzwurzeln braten

Die **Schwarzwurzeln** aus dem Essigwasser nehmen und abtropfen lassen, ggf. mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen. In der Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze 6-8Min. goldbraun und weich braten, die Pfanne vom Herd nehmen und beiseitestellen.



2. Schwarzwurzeln einlegen

Die **Schwarzwurzeln** schälen und in 4-5cm lange Stücke schneiden, dabei am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen, da der austretende milchige Saft klebrig ist und sich bei Luftkontakt braun färbt. In einer Mischung aus 1L kaltem Wasser und 2EL Essig einlegen.



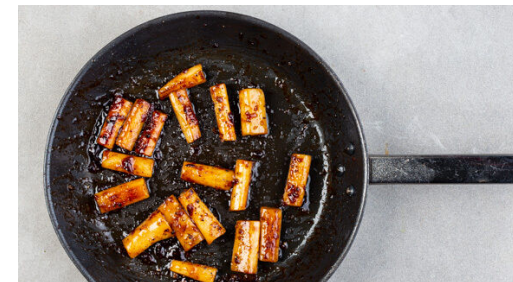
5. Kartoffeln stampfen

Die **Kartoffeln** mit der **Crème fraîche** zu einem cremigen **Püree** stampfen, dabei nach Bedarf etwas **Kochwasser** hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Lauch** in feine Ringe schneiden, unter das **Püree** mengen und bei mittlerer Hitze unter Rühren in 3-4Min. bissfest garen.



3. Speck anbraten

Den **Speck** in einer mittelgroßen Pfanne bei starker Hitze 5-7Min. knusprig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen, die Pfanne mit ca. 1EL Fett aufbewahren.



6. Schwarzwurzeln verfeinern

Die **Schwarzwurzeln** erneut mittelhoch bis hoch erhitzen, die **Zwiebelmarmelade** unterrühren und ca. 1Min. karamellisieren lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Schwarzwurzeln** auf dem **Kartoffel-Lauch-Stampf** anrichten und mit dem **Speck** garniert servieren.