

Süßkartoffeltaler

3-4 Süßkartoffeln, Olivenöl, Meersalz, Pfeffer, Rosmarin getr.

Die Süßkartoffeln schälen und in 2 cm dicken Scheiben schneiden. Ein kleines Blech großzügig mit Olivenöl fetten. Mit einem Pinsel die Taler von beiden Seiten mit Olivenöl einpinseln und mit Meersalz, Pfeffer und wenig Rosmarin würzen. Die Taler auf dem Blech 30 Minuten im Backofen garen. Mit dem Braten auf einer Platte servieren.

Süßkartoffelcurry

1-2 Süßkartoffeln, gleiche Menge mehlig kochende Kartoffeln, Meersalz, 1 Zwiebel, 1-2 Knoblauchzehen, 2 EL Olivenöl, 1 EL Tomatenmark, 2 TL Currypulver, 1-2 Msp. Cayennepfeffer, 1/2 TL gem. Kreuzkümmel, 1/2 TL gem. Koriander, 1 Stück Ingwer oder 1/4 TL gem., Pfeffer, 2-3 EL Kokosmilch, ca. 500 g Spinat

Die Süßkartoffeln schälen und grob würfeln, die Kartoffeln schälen und fein würfeln. Die Kartoffeln in Salzwasser halbgar kochen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Tomatenmark mit den Gewürzen (Curry, Kreuzkümmel, Koriander, Cayennepfeffer) vermischen. In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Knoblauchwürfel und dann die Gewürzpaste darin andünsten. Süßkartoffeln dazugeben, kurz anbraten und mit wenig Wasser ablöschen. Den Ingwer schälen und fein würfeln, mit den halbgegartenen Kartoffeln zu den Süßkartoffeln geben. Die Kokosmilch und den Spinat zufügen und ca. 15 Minuten unter Zugabe von wenig Wasser köcheln lassen.

Die Süßkartoffeln sollen nicht zu sehr verkochen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zu scharf geraten? Mit Kokosmilch abmildern.

Zwetschgen-Rahmkuchen

Für den Teig: 125 g weiche Butter, 125 g Zucker, 1/2 TL Zimt, 2 Eier, 2 EL Amaretto, 225 g Mehl, 2 TL Backpulver

Für den Belag: 500 g Zwetschgen, halbiert, entsteint, 50 g Rohrohrzucker, 1 Päck. Puddingpulver, 2 Eier, 250 g Crème fraiche, Schale von einer halben Zitrone, Puderzucker

Eine Springform mit Backpapier auskleiden. Aus den Teigzutaten einen Rührteig herstellen und diesen in die Form streichen. Die Zwetschgen darauf verteilen. Crème fraiche mit Eiern, Puddingpulver, Zucker und abgeriebener Zitronenschale verrühren und die Creme über die Zwetschgen geben. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C Umluft (200 °C Ober- und Unterhitze) ca. 50 Minuten backen. Erkalten lassen und mit Puderzucker bestäuben.

Bananencreme

1 Päckchen Vanille-Puddingpulver, 2 EL Vollrohrzucker, 1 Ei, 1/2 l Milch, 2-3 Bananen, etwas Zitronensaft, 250 ml Sahne

Das Puddingpulver mit dem Vollrohrzucker, dem Ei und 3 EL Milch verrühren.

Restliche Milch zum Kochen bringen und das angerührte Puddingpulver hinein geben und aufkochen lassen.

Abkühlen lassen. 2-3 Bananen mit einer Gabel zu Mus drücken und etwas Zitronensaft untermischen. Dieses unter den Pudding geben. Die Sahne steif schlagen, unter die Puddingmasse geben und kalt stellen.