

# Gefüllte Süßkartoffel



Mit einer Hackfleischmischung gefüllte Süßkartoffel

Das erste Mal Süßkartoffeln gekauft. Schmecken roh wirklich leicht süßlich. Und die Farbe erinnert ein wenig an Kürbisfleisch. Fertig gegart schmeckt die Süßkartoffel aber milder als ein Kürbis und nicht so fest und würzig. Aber sie ist vom Geschmack her ein wenig trocken und „krümelig“. Da die beiden gekauften Süßkartoffeln mit zusammen 1 kg Gewicht sehr groß sind, bot sich eine gefüllte Süßkartoffel für einen ersten Versuch an.

## Zutaten für 1 Person:

- 1 große Süßkartoffel, ca. 500 g
- 100–150 g Hackfleisch (Schwein)
- 1 Schalotte
- 1 Frühlingszwiebel
- ein kleines Stück frischer Ingwer
- $\frac{1}{2}$  rote Chilischote
- 2 kleine Austernpilze

- $\frac{1}{2}$  TL Senf
- 1 gehäufte TL Quark (40 % Fett)
- etwas frisch geriebener Parmesan
- 1 Ei
- 2 TL Schmelzkäse
- 50 ml trockener Weißwein
- 50 ml Gemüsefond
- einige Stängel frische Petersilie
- frischer Schnittlauch
- edelsüßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 1 Std. | Garzeit 25 Min.

Süßkartoffeln schälen und längs halbieren. In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen und die beiden Hälften bei leicht sprudelndem Wasser ca. 8 Minuten vorgaren. Dabei ab und zu mit einem spitzen Messer prüfen, dass die Hälften zwar vorgegart, aber nicht durchgegart sind. Herausnehmen und abkühlen lassen. Dann mit einem Teelöffel das Innere der beiden Hälften vorsichtig herausschälen und darauf achten, dass die Hälften nicht (an)brechen.

Schalotte, Frühlingszwiebel und Ingwer schälen und kleinschneiden. Chili und Austernpilze ebenfalls kleinschneiden. Das kleingeschnittene Gemüse und die Pilze zusammen mit Senf, Quark, Ei und Hackfleisch in eine große Schüssel geben. Eine große Portion Parmesan dazugeben. Alles gut verrühren und kräftig mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Nochmals verrühren und abschmecken.



Ausgehöhlte Süßkartoffel-Hälften mit Hackfleischmasse und Schmelzkäse vor dem Backen

Die beiden Süßkartoffel-Hälften mit einem Teelöffel vorsichtig mit je einer Hälfte der Füllmasse füllen. Leicht in die Hälften hineindrücken und eine glatte rundliche Oberfläche streichen. Dann längs jeweils eine Furche in die beiden Füllmassen streichen und diese mit etwas Schmelzkäse füllen. Besser eignet sich zum Überbacken natürlich ein Hartkäse wie Gouda, gerieben oder in Scheiben, das hatte ich aber nicht vorrätig. Die beiden gefüllten Hälften in eine Auflaufform legen und Weißwein und Fond zugießen. Den Backofen auf 180° Celsius Umluft erhitzen und die Auflaufform auf mittlerer Ebene für 25 Minuten in den Backofen geben.

Die Auflaufform herausnehmen und die beiden gefüllten Süßkartoffel-Hälften auf einem Teller servieren. Mit etwas kleingeschnittenem, frischen Schnittlauch garnieren.

---

# Confierte Kartoffeln mit Vacherin Mont d'Or und grobem Körnersenf



## Confierte Kartoffeln

Ich habe das erste Mal ein Rezept vom Kollegen Robert Sprenger vom Foodblog [lamiacucina.de](http://lamiacucina.de) nachgekocht. Kollege Sprenger veröffentlicht ja immer sehr ansprechende Rezepte, und diese sind auch immer fast professionell bebildert. Angesprochen hatte mich bisher keins, um es nachzukochen, bis dann auf dieses Raclette hier: Kartoffeln, herrlicher Käse und grober Körnersenf. Mehr nicht, aber auch nicht weniger. Das klang doch schon mal sehr gut. Also inspirierte mich das, dieses Rezept nachzukochen. Natürlich musste ich auch bei diesem Rezept produktionstechnisch einige Veränderungen vornehmen und es etwas variieren.

Kollege Sprenger hat ja das Gericht auch nach einem Rezept eines amerikanischen Kochs nachgekocht, jetzt koche ich sein



Rezept nach. Den passenden originalen Käse konnte ich besorgen, nur die kleinen, vermutlich schweizerischen Kartoffeln hatte ich nicht zur Verfügung. Ich bediente mich mit normalen, festkochenden Kartoffeln, die ich eben in grobe Stücke schnitt. Nur die Menge der Kartoffeln für eine Person, wenn das Gericht fast nur aus Kartoffeln besteht, habe ich natürlich erhöht, sonst bin ich ja nach dem Essen noch hungrig.

Es erschließt sich mir auch nicht, den Gemüsefond auf 10 % seiner Ausgangsmenge zu reduzieren und dann mit Senf und Essig eine Marinade zuzubereiten. Das wäre ja für diese Menge an Kartoffeln viel zu wenig Flüssigkeit als Marinade, und ich müsste die Kartoffeln in der Marinade jede halbe Stunde umschichten. Ich habe daher Gemüsefond in größerer Menge verwendet, damit die confierten Kartoffeln auch die Nacht über im Kühlschrank von der Marinade komplett bedeckt sind.

Der Käse ist ausgesprochen lecker, er fließt bei Zimmertemperatur nur so dahin und fast wäre man geneigt, schon vor dem Zubereiten des Gerichts ihn einfach so wegzulöffeln, so gut schmeckt er. Da ich mehr Kartoffeln verwendete und nur eine kleine Auflaufform für den Backofengrill hatte, ist mir das Gericht mit darübergerbenem Vacharin Mont d'Or leider doch eher zu einem Gratin geworden. Aber was soll's, die schönen Fotos gibt's beim Kollegen auf seinem Foodblog, und mir hat das Gericht wirklich gut geschmeckt. Respekt!

### **Zutaten für 1 Person:**

- 500 g (geschälte) Kartoffeln
- 500–750 ml gut gewürztes Olivenöl (Knoblauch, Chili, Rosmarin, Salbei)
- 400 ml Gemüsefond
- 1 EL grober Körnersenf (hier Maille à l'Ancienne)
- 1 EL Condimento bianco
- 100–150 g Silberzwiebeln

- 150–200 g Vacherin Mont d'Or
- frisch gemahlener Pfeffer
- frischer Schnittlauch oder ein anderes frisches Kraut

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Confieren 1 ½ Stdn. | Marinieren 24 Stdn. | Garen 10–15 Min.

Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Das Würz-Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen, die Kartoffelstücke hinzugeben, die Temperatur auf geringe Stufe herschalten und 90 Minuten im Olivenöl confieren. Da es sich hier um Kartoffeln in Öl handelt, etwa 2–3 Male während des Confierens mit einem Pfannenwender die Kartoffeln vom Topfboden ablösen, sonst hat man – einige Bratkartoffeln.

Die Kartoffeln aus dem Öl nehmen und abtropfen lassen. Das Öl natürlich zurückbehalten und für andere, weitere Bratvorgänge verwenden. In einer Schüssel den Gemüsefond, Senf und Weißweinessig vermischen, die Kartoffeln hineingeben, schauen, dass sie komplett bedeckt sind und über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Am darauffolgenden Tag zwei Stunden vor Zubereitung des Gerichts den Vacherin Mont d'Or aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen, damit er kräftig verläuft. Dann den Backofengrill auf 220–250° C erhitzen. Die Kartoffeln aus der Marinade nehmen, in einen kleinen Topf geben, die Silberzwiebeln hinzu, dann 1–2 EL der Marinade und alles kräftig erhitzen. Die Mischung in einer größeren oder kleineren Auflaufform verteilen und den Käse löffelweise darüber geben. Unter dem Backofengrill 4–5 Minuten grillen und ganz wenig bräunen. Groben Körnersenf darüber verteilen, mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen und ein wenig frisches Kraut – in diesem Fall Schnittlauch – darüber geben.

---

# Bratkartoffeln mit Spiegelei in der 02578



Bratkartoffeln mit Spiegelei in der Eisenpfanne

Dieses Rezept ist keine „Feine Küche“. Aber die Zubereitung ist „Feine Küche“. Gekochte Kartoffelscheiben gebraten in siedendem, hochohitzbarem Rapsöl in einer handgeschmiedeten, eisernen Pfanne. Diese Pfanne besteht nur aus Eisen, ist nicht beschichtet und hat den Vorteil, dass sie die Hitze der Herdplatte sehr schnell und direkt an das Bratgut weitergibt. Auf diese Weise entstehen zum Beispiel exzellente, herrlich kross gebratene Bratkartoffeln. Ich habe sie noch mit ein paar Spiegeleiern ergänzt. Meine Bratpfanne trägt die ID 02578, die somit anzeigt, dass sie ein Einzelstück und handgeschmiedet ist. Bei dieser Art von Pfanne gilt: Nach den Einbrennanweisungen des Herstellers vor dem ersten Braten einbrennen, damit sie dadurch langsam eine Patina bekommt.

Und: Keine Spülmaschine, kein Spülmittel, nur heißes Wasser, ein Spülschwamm und Küchenpapier, um die Pfanne nach dem Spülen trocken zu tupfen, damit sie nicht rostet.

**Für 1 Person:** 3–4 große, festkochende, gekochte Kartoffeln in Scheiben schneiden, bei Biokartoffeln gern auch mit der Schale. Neutrales, hochohitbares Öl in der Eisenpfanne erhitzen, fast bis das Öl raucht. Die Kartoffelscheiben etwa 10–15 Minuten unter häufigem Wenden darin kross anbraten. Die Kartoffeln herausnehmen und warm stellen. Drei Spiegeleier in der Pfanne braten. Alles auf einem Teller servieren. Wichtig: Erst nach dem Braten salzen und pfeffern.