

SONJA SCHUBERT · BARBARA LUTTERBECK

# Süß- kartoffel

*Aromatisch, vielseitig, trendig  
50 raffinierte Rezepte*

EDITION  STYRIA

# Inhalt

*Sonja Schubert* arbeitet als selbständige Rezeptautorin und Foodstylistin in Köln. Sie zeichnet für eine Vielzahl von Kochbüchern verantwortlich.

*Barbara Lutterbeck* ist auf Food- und Still-Life-Fotografie spezialisiert. Sie hat bislang mehr als 30 Kochbücher fotografisch gestaltet. Die Fotografin ist Inhaberin eines Fotostudios in Köln und arbeitet für internationale Auftraggeber aus der Industrie sowie Buch- und Zeitschriftenverlage.

Copyright © 2010 by Edition Styria  
in der Verlagsgruppe Styria GmbH & Co KG  
Wien · Graz · Klagenfurt  
[www.ichlese.de](http://www.ichlese.de)

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Film, Funk und Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art, auszugsweisen Nachdruck oder Einspeicherung und Rückgewinnung in Informationssystemen aller Art, sind vorbehalten.

Visuelle Gesamtkonzeption: [www.buero-jorge-schmidt.de](http://www.buero-jorge-schmidt.de)  
Satz: BUCHFLINK Rüdiger Wagner, Nördlingen  
Printed in Austria  
ISBN 978-3-99011-021-8

<i>Gestatten: Ipomoea batatas</i>	6
<i>Blanchieren, Backen, Pürieren Zum Umgang mit der süßen Knolle</i>	8
<i>Vorneweg &amp; zwischendurch</i>	9
<i>Zum Sattessen</i>	35
<i>Raffinierte Begleiter</i>	51
<i>Süßes Finale</i>	69
<i>Register</i>	83

# Gestatten: *Ipomoea batatas*

Batate, Kumara, Camote – für Sie auch einfach Süßkartoffel. Bestimmt haben Sie mich schon einmal gesehen, beim Einkaufen, ganz hinten im Regal zwischen den alten Kartoffeln. Vielleicht bin ich Ihnen nicht aufgefallen, denn eine Schönheit bin ich nicht. Mein Körper ist spindelförmig-langgestreckt oder knollenförmig-rundlich-dick, manchmal auch unförmig und verknorpelt. Die Schale, purpurrot oder hellbraun,

wirkt meist ein wenig schmutzig und schrumpelig. So werde ich oft liegen gelassen – dabei hätte ich Ihnen so viel zu bieten ...

Aus Mittelamerika kommend, wurde ich von den Hochkulturen Lateinamerikas einst sehr geschätzt, hatte bei Mayas, Inkas und Azteken meinen festen Platz auf dem täglichen Speiseplan und verbreitete mich rasch auf dem ganzen Kontinent. Ich schipperte durch den Pazifik und gelangte so nach Asien, Indien und Afrika. Auch Europa wollte ich bereisen, kam bis Portugal und Spanien, dann wurde es mir zu kalt. Dabei bin ich eigentlich eine anspruchslose Pflanze und gedeihe durchaus auch auf kargem Boden.

Mit meinem Namensvetter, der Kartoffel, bin ich nicht verwandt. Ich bin zwar auch eine Nachtschattenartige (Solanales), gehöre aber zur Familie der Windengewächse (Convolvulaceae), Prunkwinden (*Ipomoea*), um genau zu sein. Nicht nur meine unterirdisch wachsenden knollenbildenden Speich-

wurzeln sind essbar, auch meine auf dem Boden kriechenden Triebe und Blätter; in Afrika kocht man daraus eine Art Spinat. In allen

tropischen Regionen der Welt werde ich bis heute angebaut, rangiere in der Weltproduktion der Wurzel- und Knollennahrungspflanzen auf Platz drei, gleich hinter Kartoffeln und Maniok. Der größte Teil der Ernte wird leider den Tieren ins Futter gemischt oder zu Stärkemehl verarbeitet. Nur in den ärmeren Regionen der Erde weiß man meine inneren Werte zu schätzen, dort komme ich regelmäßig in die Töpfe und auf den Tisch. Mein süßes Fleisch, mal cremefarben, orange oder violett, ist prall gefüllt mit Nährstoffen, Spurenelementen, Mineralstoffen und Vitaminen, besonders Kalium, Vitamin C und Betacarotin. Meine gut verwertbaren Kohlenhydrate werden von Leistungssportlern schon lange geschätzt – das alles bei 111 kcal/100 g. Doch ich will Sie nicht langweilen, interessiert Sie doch vor allem mein Geschmack. Der ist mal süßlich-möhrenartig, Kürbisähnlich-nussig oder

maronenartig, je nachdem, wie man mich kocht.

Auf einem Bett aus Meersalz gebacken, mit einem Stück Butter gekrönt, bin ich schnell zubereitet und schon pur ein Genuss – das können Sie ganz leicht ausprobieren, oder Sie gehen in eines der Gourmetrestaurants; dort findet man mich immer häufiger auf der Speisekarte. Und wenn Sie dann auf den Geschmack gekommen sind und in diesem Buch gestöbert haben, werden Sie bald selber sehen, wie vielseitig ich wirklich bin. Probieren Sie mich einfach, ganz gleich, ob als exotische Suppe, als farbenfroher Salat, trendiger Snack, abwechslungsreiches Hauptgericht, raffinierte Beilage oder natürlich – da ist der Name Pflicht – als herrlich süßer Kuchen und himmlisches Dessert. Sie wissen ja, wo Sie mich finden ...  
Guten Appetit!



## Crostini mit Schalottenconfit

Gebackener Knoblauch hat ein besonders mildes Aroma und gibt dem Süßkartoffel-  
aufstrich eine feine Würze. Am besten backen Sie gleich mehrere Knollen, denn das  
Knoblauchpüree kann man, mit Olivenöl bedeckt, gut zwei Wochen im Kühlschrank lagern.

Ergibt 12 Stück

1 kleine Süßkartoffel, 250 g	2 EL brauner Zucker
2 Knoblauchzehen	2 EL Aceto Balsamico
2 EL Butter	50 ml Rotwein
Salz, Pfeffer	4 Zweige Thymian
Muskatnuss	2 EL Olivenöl
200 g Schalotten	12 Scheiben Ciabatta

1. Süßkartoffel waschen und im Backofen bei 200 °C (Umluft 180 °C) 50 Minuten garen.  
Knoblauch 20 Minuten vor Ende der Garzeit dazulegen. Süßkartoffel schälen  
und noch warm durch ein Sieb streichen. Knoblauch aus der Schale drücken  
und mit 1 EL Butter unter das Püree mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
2. Schalotten abziehen, vierteln und in der restlichen Butter braten.  
Zucker zugeben und unter Rühren karamellisieren, mit Essig ablöschen.  
Rotwein angießen, 2 Thymianzweige einlegen und den Sud 20 Minuten leise kochen lassen.  
Das Confit abkühlen lassen, Thymian entfernen.
3. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Brotscheiben darin portionsweise  
von beiden Seiten goldbraun rösten.
4. Crostini mit dem Süßkartoffelpüree dick bestreichen.  
Mit einem Teelöffel eine Mulde in den Aufstrich drücken und je 1 TL Confit hineingeben.  
Mit Thymianblättchen garnieren.

Zum  
Sattessen

# Süßkartoffel-Kokos-Curry

Kokosmilch, Ingwer und Chili bestimmen den Geschmack thailändischer Curry-Gerichte. Nur kurz blanchiert behält das Gemüse in der würzigen Sauce seinen eigenen Geschmack.

Das vegetarische Süßkartoffel-Kokos-Curry lässt sich durch Zugabe von Hühnerfleisch oder Meeresfrüchten gut variieren.

Jasminreis ist als Beilage, mit einem Stück Ingwer gekocht, besonders zu empfehlen.

Für 4 Portionen

1 Stück Ingwer, 2 cm	600 g Süßkartoffeln
3 Schalotten	1 Stange Porree
1 Knoblauchzehe	2 Möhren
2 EL Öl	Salz, Zucker
1–2 EL rote Currypaste	4 EL geröstete, ungesalzene
200 ml Hühnerbrühe	Cashewnüsse
200 ml Kokosmilch	3 Zweige Thai-Basilikum

1. Ingwer schälen, Schalotten und Knoblauch abziehen. Alles in feine Würfel schneiden und in 2 EL Öl anschwitzen. Currypaste zugeben und 1 Minute mitbraten, Hühnerbrühe und Kokosmilch angießen und die Sauce 20 Minuten leise kochen lassen.
2. Süßkartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Porree putzen, Möhren schälen und beides in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Süßkartoffeln in kochendem Salzwasser 8 Minuten blanchieren. Nach 3 Minuten Möhren dazugeben, nach 3 weiteren Minuten den Porree. Das Gemüse abgießen, kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Gemüse in die Sauce geben, mit Salz und Zucker würzen.
3. Cashewnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Basilikum waschen, trocken schütteln, ein paar Blättchen zur Seite legen, restliche Blätter fein hacken und zum Gemüse geben. Das Gericht auf 4 Teller verteilen, mit Cashewnüssen bestreuen und mit dem restlichen Basilikum garnieren.



# Meeresfrüchte-Topf

Violett-fleischige Süßkartoffeln sind zweifelsohne der „Hingucker“ in diesem edlen Eintopf. Mit einem frischen Stück Baguette serviert, bleibt vom feinen Sud garantiert kein Tropfen auf dem Teller. Der Meeresfrüchte-Topf schmeckt auch mit jeder anderen Süßkartoffelsorte.

Für 4 Portionen

500 g violett-fleischige Süßkartoffeln	200 g Sahne
1 Zwiebel	1 Stück Schale einer unbehandelten Zitrone
1 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
1 Stück Ingwer, 2 cm	6 küchenfertige Jakobsmuscheln
20 g Butter	12 Riesengarnelen
100 ml Weißwein	5 Zweige Kerbel
200 ml Hummer- oder Fischfond	Salz, Cayennepfeffer

1. Süßkartoffeln schälen, längs halbieren und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen, Ingwer schälen. Alles in feine Würfel schneiden und in der Butter anschwitzen. Weißwein dazugießen. Wenn die Flüssigkeit fast verkocht ist, Fond und Sahne angießen. Süßkartoffeln, Zitronenschale und Lorbeerblatt in den Sud geben und alles bei mittlerer Hitze 20 Minuten leise kochen lassen, bis die Kartoffeln gar sind.
2. Garnelen schälen und die dunklen Därme entfernen. Garnelen kalt abspülen und trocken tupfen. Jakobsmuscheln kalt abspülen, trocken tupfen und einmal quer durchschneiden. Kerbel abspülen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen.
3. Lorbeerblatt und Zitronenschale aus dem Sud fischen. Den Sud mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Jakobsmuscheln und Garnelen in die Sauce geben und darin 5 Minuten garziehen lassen, nicht mehr kochen. Das Gericht auf Tellern anrichten und mit Kerbel bestreuen.



# Afrikanischer Rindfleischtopf

Erdnüsse gehören zu den Grundnahrungsmitteln der westafrikanischen Küche, denn die beliebten Hülsenfrüchte sind nahrhaft und gesund.

Zu einer feinen Paste vermahlen findet man sie häufig in Eintopfgerichten und Saucen.  
Zum langsam geschmorten Rindfleischtopf mit Bohnen schmeckt Reis.

Für 4 Portionen

600 g Rindergulasch	1 Lorbeerblatt
2 Zwiebeln	Salz
2 Knoblauchzehen	400 g Süßkartoffeln
1 große rote Chilischote	4 Tomaten
2 EL neutrales Öl	4 EL Erdnusscreme
2 EL Tomatenmark	200 g grüne Bohnen
500 ml Rinderfond	Pfeffer

1. Das Fleisch kalt abspülen und trocken tupfen. Zwiebeln abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Chilischote waschen, halbieren, entkernen und in schmale Streifen schneiden.
2. 2 EL Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch darin portionsweise rundherum kräftig anbraten, herausnehmen. Hitze reduzieren, Zwiebeln, Knoblauch und Chili anbraten. Tomatenmark zugeben und kurz mitbraten. Fleisch zurück in den Topf geben, Fond angießen, Lorbeerblatt und ½ TL Salz zugeben und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze 1 Stunde schmoren.
3. Kartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Tomaten kreuzweise einritzen, mit heißem Wasser überbrühen und schälen. Tomaten vierteln, Stielansätze und Kerne entfernen. Bohnen putzen, waschen und in kochendem Salzwasser 5 Minuten blanchieren, abgießen und kalt abspülen.
4. Kartoffeln zum Fleisch geben, Erdnusscreme in den Fond einrühren und zugedeckt 20 Minuten weitergaren. Bohnen und Tomaten in den Topf geben und alles 10 Minuten weiterschmoren. Lorbeerblatt entfernen, das Gericht mit Salz und Pfeffer abschmecken.

# Exotisches Gemüseragout mit Seeteufelmedaillons

Zu diesem fruchtigen und farbenfrohen „Gute-Laune-Gericht“ passt eine Mischung aus Wild- und Basmatireis am besten.

Für 4 Portionen

1 Zwiebel	1 TL Currypulver
2 rote Paprikaschoten	Saft einer Orange
300 g Süßkartoffeln	100 ml Geflügelfond
1 Stück Ingwer, 2 cm	1 Mango
1 große rote Chilischote	Salz, Cayennepfeffer
5 grüne Kardamomkapseln	8 Seeteufelmedaillons à 100 g
40 g Butter	1 EL Honig

1. Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Paprika putzen, mit dem Sparschäler schälen und in Streifen schneiden. Süßkartoffeln schälen, längs halbieren und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Ingwer schälen und fein würfeln, Chilischote waschen, entkernen und in schmale Streifen schneiden. Kardamomkapseln leicht andrücken. Alles in 20 g Butter andünsten, Currypulver darüberstreuen, mit Orangensaft ablöschen und den Fond angießen. Die Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen lassen.
2. Mango vom Kern schneiden und schälen. Fruchtfleisch in Spalten schneiden und zum Gemüse geben. Das Gericht mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken, in eine feuerfeste Form geben und im Backofen bei 180°C (Umluft 160°C) 15 Minuten garen.
3. Seeteufelmedaillons abspülen, trocken tupfen und in 20 g Butter anbraten. Honig zugeben und den Fisch darin schwenken, mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen und auf das Gemüse setzen. Bratfond darübergießen und das Gericht im Backofen in 5–10 Minuten fertig garen.

## Süßkartoffel-Ravioli

Kartoffeln und Pasta, eine Kombination mit Tradition. Die Sarden füllen Ravioli gerne mit Kartoffeln und Minze, in Ligurien werden Pasta und Kartoffeln gemischt mit Pesto gegessen. Das milde maronenartige Aroma der Süßkartoffel-Füllung braucht nicht viel mehr als zerlassene Butter und frisch geriebenen Parmesan.

Für 4 Portionen

100 g Hartweizenmehl	1 Stück Schale einer unbehandelten Zitrone
Salz	1 EL Olivenöl
2 Eier	2 EL Walnusskerne
300 g Süßkartoffeln	Pfeffer
2 Zweige Thymian	Muskatnuss
1 Knoblauchzehe	4 EL Parmesan, frisch gerieben

1. Mehl mit 1 Prise Salz mischen und mit 1 Ei zu einem glatten Teig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und mindestens 1 Stunde ruhen lassen.
2. Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Thymian waschen und trocken schütteln. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln mit Knoblauch, Thymian und Zitronenschale auf ein Stück Alufolie geben, mit Olivenöl beträufeln und die Folie zu einem Päckchen verschließen. Im Backofen bei 180°C (Umluft 160°C) 30 Minuten garen.
3. Süßkartoffeln in einer Schüssel gut abkühlen lassen. Thymian und Zitronenschale entfernen und die Kartoffeln mit einer Gabel zerdrücken. Walnusskerne hacken. Das restliche Ei trennen. Kartoffelmasse und Eigelbe mischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Parmesan und Walnüsse unterheben.
4. Nudelteig dünn ausrollen (am besten mit einer Nudelmaschine) und 6 cm große Kreise ausstechen. Auf jeden Kreis 1 TL Füllung setzen, die Ränder mit Eiweiß bestreichen und die Kreise zu Halbkreisen zusammendrücken. In kochendem Salzwasser in 3–5 Minuten bissfest garen.

# Raffinierte Begleiter

## Süßkartoffeln im Orangensud

Das fein-säuerliche Aroma sonnengereifter Orangen harmoniert gut mit dem Geschmack der Süßkartoffel. Mit Kardamom gewürzt ist das fruchtige Gericht ein köstlicher Begleiter für gebratenes Geflügel oder gedünsteten Fisch.

Als Gemüse empfiehlt sich in Butter gedünsteter Wirsing dazu.

Für 4 Portionen

750 g Süßkartoffeln	1 EL Honig
1 Zwiebel	½ TL schwarze Pfefferkörner
1 unbehandelte Orange	½ TL Piment
5 grüne Kardamomkapseln	1 Lorbeerblatt
3 EL Olivenöl	1 Zimtstange
100 ml Gemüsefond	Salz

**1.** Süßkartoffeln schälen und grob würfeln. Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Orange heiß abspülen, Mit dem Sparschäler 3 Streifen Schale abschneiden und die Orange auspressen. Kardamomkapseln andrücken.

**2.** Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin glasig anschwitzen. Kardamom und Kartoffelwürfel zugeben und 1 Minute mitbraten. Orangensaft und Fond angießen, Honig, Gewürze und Orangenschale zugeben, salzen. Alles bei mittlerer Hitze 15–20 Minuten kochen, bis die Kartoffeln gar sind.

## Confierte Süßkartoffeln

Confieren ist eine beliebte Methode zur Zubereitung von Fisch und feinem Fleisch. Durch schonendes Garen in Öl bleiben die Zutaten saftig und werden wunderbar zart. Auf die Qualität des Öls sollte man bei diesem Gericht besonders achten, da es maßgeblich den Geschmack beeinflusst. Es lässt sich später zum Kochen weiterverwenden. Confierte Süßkartoffeln haben ein feines Aroma und sind butterzart – eine edle Beilage.

Für 4 Portionen

750 g Süßkartoffeln	1 l Olivenöl
2 Knoblauchzehen	grobes Meersalz
3 Zweige Zitronenthymian	(Fleur de Sel oder Maldon Sea Salt)

- 1.** Süßkartoffeln schälen und in 5 mm feine Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Thymian abspülen und trocken schütteln.
- 2.** Kartoffeln mit Knoblauch und Thymian in einen großen Topf geben. Mit Öl auffüllen, bis die Kartoffeln bedeckt sind. Das Öl langsam auf 100°C erwärmen. Den Topf vom Herd nehmen und bei 80°C für 20–30 Minuten in den Backofen stellen.
- 3.** Kartoffeln mit einer Schaumkelle aus dem Öl heben, gut abtropfen lassen und auf Teller verteilen, Thymian entfernen. Kartoffeln mit etwas grobem Meersalz bestreuen.

# Kokospüree

Das Kokospüree mit seinem milden exotischen Geschmack passt zu gegrilltem Fleisch und gebratenem Fisch.

Für 4 Portionen

750 g Süßkartoffeln	200 ml Kokosmilch
1 Stück Ingwer, 2 cm	Salz, Cayennepfeffer
1 Knoblauchzehe	1 Bund Frühlingszwiebeln
2 Stängel Zitronengras	50 g Butter

1. Süßkartoffeln schälen, würfeln, in Salzwasser garen und abgießen.
2. Ingwer schälen, Knoblauch abziehen. Zitronengras in Stücke schneiden und etwas anquetschen. In die Kokosmilch geben, aufkochen und 20 Minuten ziehen lassen. Gewürzmilch durch ein Sieb über die Kartoffeln gießen und die Kartoffeln zerstampfen. Püree mit Salz und Cayennepfeffer würzen.
3. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen, die Frühlingszwiebeln zugeben und 3 Minuten dünsten. Das Püree mit zerlassener Butter und Frühlingszwiebeln anrichten.



# Süßkartoffelpüree mit Cidre

Äpfel und Süßkartoffeln zusammen püriert sind eine echte Alternative zu „Himmel und Erde“ – eine perfekte Beilage zu gebratener Leber und Blutwurst.

Für 4 Portionen

600 g Süßkartoffeln	2 Schalotten
100 g Knollensellerie	3 EL Butter
1 mittelgroßer Apfel	125 ml Cidre
Salz	Pfeffer
7 Zweige Thymian	Muskatnuss

1. Süßkartoffeln und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch ebenfalls würfeln. Alles zusammen in leicht gesalzenem Wasser 20 Minuten garen.
2. Thymian waschen und trocken schütteln. Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und in 1 TL Butter glasig anschwitzen. 1 TL Zucker zu den Zwiebeln geben und kurz karamellisieren, mit Cidre ablöschen. 2 Zweige Thymian zugeben und den Sud bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. Durch ein Sieb passieren.
3. Restliche Thymianblättchen fein hacken. Kartoffeln abgießen, mit der Cidreduktion und der restlichen Butter zerstampfen. Das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, gehackten Thymian unterheben.

# Süßkartoffel-Soufflé

Mit einem gemischten Salat ist das Soufflé eigentlich schon eine kleine Mahlzeit für sich, doch es passt auch gut zu Lammkoteletts mit provenzalischen Gemüse. Lässt man den Ziegenkäse weg und gart die kleinen Förmchen im Wasserbad, wird aus dem Soufflé ein Timbal, das passt besonders gut zu gegrilltem Fisch.

Für 4 Portionen

400 g Süßkartoffeln	3 Eier
30 g Butter	100 g Ziegenfrischkäse
2 EL Semmelbrösel	2 EL Orangensaft
3 Zweige Thymian	Salz, Pfeffer, Muskatnuss

1. Süßkartoffeln in der Schale in Wasser garen. Noch heiß schälen, zerstampfen und abkühlen lassen.
2. 4 Portionsförmchen mit der Butter ausstreichen und mit den Semmelbröseln austreuen. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen fein hacken.
3. Eier trennen, Eiweiße steif schlagen. Kartoffelpüree mit Eigelben, Butter, Ziegenfrischkäse und Orangensaft gut vermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Thymian und Eischnee unterheben. Die Masse in die vorbereiteten Förmchen füllen und im Backofen auf der zweiten Schiene von unten bei 200 °C (Umluft 180 °C) etwa 20 Minuten backen. In den Formen servieren.

# Glasierte Süßkartoffeln

In Butterkaramell gegarte Süßkartoffeln sind ein Klassiker der US-amerikanischen Küche. Als Thanksgiving Yams werden sie am Erntedankfest im ganzen Land zum Truthahn gegessen. Als Variante ohne Cranberrys, Whisky und Nüsse, dafür mit kleinen Marshmallows überbacken, sind sie besonders bei Kindern beliebt.

Für 4 Portionen

750 g Süßkartoffeln	50 g Walnusskerne
50 g Cranberrys	50 g Butter
3 EL Whisky	2 EL brauner Zucker
1 unbehandelte Orange	½ TL Zimt

1. Süßkartoffeln in der Schale in Wasser 15 Minuten vorgaren, schälen, abkühlen lassen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Cranberrys in Whisky einweichen. Orange heiß abwaschen, 2 TL Schale abreiben und die Frucht auspressen. Walnusskerne hacken.
2. Auflaufform mit der Butter ausstreichen, die Süßkartoffelscheiben fächerförmig hineinlegen. Butter und Zucker in einem Topf karamellisieren und mit Orangensaft ablöschen. Cranberrys mit Whisky, Orangenschale und Zimt zugeben und alles in etwa 10 Minuten einkochen. Die Sauce über die Süßkartoffeln gießen und das Gericht mit den Nüssen bestreuen. Im Backofen bei 180°C (Umluft 160°C) 30 Minuten backen.

