

Süßkartoffel, einfach und fein

Zutaten:

2 – 3 Süßkartoffeln, je nach Größe

Meersalz,

Pflanzenöl,

Alufolie

Zubereitung:

Den Backofen auf 190°C vorheizen. Die Süßkartoffeln waschen und gut abtrocknen, mit einer Gabel vielfach rundherum einstechen und mit Salz und Öl gut einreiben. Die Kartoffeln einzeln in ein Stück Alufolie wickeln und 80 – 90 Minuten im Ofen garen.

Die Kartoffeln herausnehmen, halbieren und mit dem Löffel aus der Schale essen oder zu Püree verarbeiten.