



Süßkartoffel Püree

Zutaten

- 2 TL MAGGI Gemüse Brühe
- 500 g Süßkartoffeln
- 100 ml Milch, 1,5% Fett
- 30 g Butter
- 2 Stängel Petersilie

Zubereitung

1. MAGGI Gemüse Brühe in kochendem Wasser auflösen.
2. Die Süßkartoffeln schälen und in ca. 4x4 cm große Stücke schneiden. Diese in das kochende Wasser geben, ca. 15 Minuten, bis sie gar sind, köcheln lassen und anschließend abgießen.
3. Die gekochten Süßkartoffeln mit einem Stampfer zerdrücken und gleichzeitig die Milch und die Butter dazugeben bis eine glatte Masse entsteht.
4. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Anschließend unter das Püree rühren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	44 g
Energie	285 kcal
Fett	10 g
Protein	4 g

🕒 25 Minuten

⊕ 3 Portionen