



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW17 | 2020

Gebackene Süßkartoffeln gefüllt mit Pilzen

Zutaten

4 Portionen

- 4 Süßkartoffeln
- 600g Champignons
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Glas Kidneybohnen
- 6 EL Öl
- Butter
- 2EL Balsamico
- 2EL Honig
- Salz
- Pfeffer.

Für den Dip:

- 200g Schmand
- 2 TL Zitronensaft
- Schnittlauch
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Den Ofen auf 160 Grad vorheizen.

Öl und Salz in eine Schüssel geben und die Kartoffeln damit einreiben. Die Süßkartoffeln nun im Ofen ca. 40 Minuten backen.

Währenddessen die Pilze putzen und vierteln. Die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. Pilze und Zwiebeln in einer Pfanne mit Butter anbraten, salzen und pfeffern. Die Kidneybohnen abgießen und zu den Pilzen in die Pfanne geben. Balsamico und Honig dazugeben und die Flüssigkeit gut einkochen lassen.

Die saure Sahne mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren.

Mit Kräutern würzen.

Die Süßkartoffel aus dem Ofen holen, längs aufschneiden und mit der Pilzmischung füllen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Dip servieren.