

Kartoffeltaler mit Steckrüben und Basilikumrahm

Zutaten für 4 Portionen:

Für die Steckrüben:

1 kg	Steckrüben gewürfelt
1 l	kräftige Gemüsebrühe
2 Stk.	Wirsingblätter
25 g	Speisestärke
100 ml	Provamel Bio Soja Kochcrème Cuisine Rauchsalz

Für die Taler:

6 Stk.	große Kartoffeln
1 Stk.	Karotte
	Stein- od. Himalaya Salz, frisch gemahlener Pfeffer
	Kräuter getrocknet (z. B. Petersilie, Estragon, Dill von Lebensbaum)
	Bratöl

Für den Basilikumrahm:

250 g	Provamel Bio Soja Joghurtalternative Natur
50 ml	Provamel Bio Soja Kochcrème Cuisine
15 g	Basilikum-Pesto
1 El	Zitronensaft (Flasche)
	Stein- od. Himalaya Salz
1 TI	Schnittlauch getrocknet (z.B. von Lebensbaum)
	nach Belieben: frisch geriebene Zwiebel

Zubereitung:

1. Steckrübenwürfel mit Gemüsebrühe in einem großen Topf offen köcheln lassen. Etwa die Hälfte der Flüssigkeit sollte verdampfen. Währenddessen den Strunk von den Wirsingblättern entfernen, die Blätter in feine Streifen schneiden und zu den gegarten Steckrübenwürfeln geben.
2. Gemüse mit Speisestärke (1:1 mit kaltem Wasser angerührt) abbinden, Soja Kochcrème Cuisine zugeben (nicht mehr kochen lassen) und mit Rauchsalz abschmecken.





3. Kartoffeln für die Taler schälen und grob hobeln. Karotte fein in Stifte hobeln. Beides mit Salz und etwas Pfeffer würzen, die getrockneten Kräuter untermischen und mit den Händen (oder in einem Sieb) gut ausdrücken. Kartoffel-Karottenmischung in einer beschichteten Pfanne mit etwas Bratöl knusprig ausbraten.
4. Für den Basilikumrahm alle Zutaten mischen und mit etwas frisch geriebener Zwiebel abschmecken.

Zubereitungszeit:

Ca. 45 Minuten

Tipp:

Wer bei den Kartoffeltalern auf Fett od. Öl verzichten möchte, kann die Taler auch im Waffeleisen (mind. 1000 Watt) ausbacken.

Vegan

Statement von Tino Schmidt:

Steckrüben waren früher ein wichtiger Kohlehydratlieferant. Danach wurden sie lange von unseren Speiseplänen gestrichen. Ein Klassiker aus Omas Küche sind zum Beispiel gestowte Steckrüben - oder wie wir heute sagen würden: in einer hellen Soße gedünstet. Weniger ist eben manchmal mehr: Ich mag auch einfache Rezepte. Kartoffeln, Steckrüben und gute Provamel Produkte – vielmehr braucht man manchmal wirklich nicht.