

Vegetarische Kartoffelcreme



Zubereitung

1. Zwiebeln, Knoblauch und Petersilie vorbereiten:

Die Zwiebel häuten und in Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und fein reiben. Die Petersilie waschen, trocknen und fein hacken.

2. Kartoffeln zubereiten:

Die Kartoffeln schälen und grob würfeln. Wasser in einem Topf erhitzen und die Kartoffelwürfel darin in etwa 15 Minuten bei höherer Hitze weichkochen. Sobald die Kartoffeln weich gekocht sind, musst du diese noch im heißen Zustand mit einer Gabel zerdrücken. Es sollte eine homogene Masse entstehen.

3. Kartoffelcreme herstellen:

Knoblauch und Zwiebelwürfel unter die Kartoffelmasse rühren. Anschließend die saure Sahne und die frische Petersilie unterheben. Mit Salz und Pfeffer nach Gusto abschmecken. Vor dem Servieren im Kühlschrank abkühlen lassen.

Zutaten für etwa 180 g Kartoffelcreme

- 150 g Kartoffeln
- 1 kleinere Knoblauchzehe
- 1/2 Zwiebel
- 60 g saure Sahne
- 2 EL frische oder getrocknete Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Wasser, um die Kartoffeln zu kochen
- optionales Topping: Knabberbrezeln
- optionale Beilage: Roggenbaguette oder Roggenbrötchen

Abkürzungen: g = Gramm | EL = Esslöffel

Hilfsmittel

- Kochtopf
- Herdplatte
- Küchenmesser
- Schneidebrett
- Schale
- Rührlöffel
- Knoblauchpresse oder -reibe

Vegetarische Kartoffelcreme

Tipps und Haltbarkeit



- Die Kartoffelcreme eignet sich als Brotaufstrich oder als Dip für Gemüsesticks.
- Ein knuspriges Topping für diesen Aufstrich sind kleine Brezeln. Diese solltest du allerdings erst kurz vor dem Servieren auf dem Aufstrich anrichten, da sie sonst zu weich werden.
- Am besten die Creme im Kühlschrank lagern und innerhalb von etwa 2 Tagen aufbrauchen.
- Auf unserem Blog findest du auch ein Rezept für [vegane Kartoffelcreme](#).

Du hast etwas nachgemacht?



Zeig es uns auf Instagram mit

@waf.foodies *oder* #waffood #wafvegan
#wafveggie #wafkochen #wafbacken