

Rezept

Bratkartoffeln aus Süßkartoffeln mit Speck

Ein Rezept von Bratkartoffeln aus Süßkartoffeln mit Speck, am 20.06.2026

Zutaten

800 g dünne Süßkartoffeln	1 Zwiebel
100 g Frühstücksspeck in dünnen Scheiben	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion**
Ca. 255 kcal, 8 g F, 6 g EW, 39 g KH

Zubereitung

1. Die Süßkartoffeln waschen und gründlich abbürsten oder schälen und in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Den Frühstücksspeck in schmale Streifen schneiden, in eine breite beschichtete Pfanne geben und bei mittlerer Hitze knusprig ausbraten. Den Speck aus der Pfanne nehmen, dabei das ausgebratene Fett in der Pfanne belassen.
2. Die Süßkartoffelscheiben und die Zwiebelwürfel in der Pfanne verteilen und bei mittlerer Hitze in ca. 15 Min. knusprig braten. Zwischendurch mehrmals vorsichtig wenden. Gegen Ende den Speck wieder dazugeben. Die Bratkartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.