

Rezept

Glasierte Süßkartoffeln

Ein Rezept von Glasierte Süßkartoffeln, am 28.06.2026

Zutaten

800 g längliche Süßkartoffeln

100 g brauner Zucker

50 g Butter

Pfeffer

Salz

6 EL Orangensaft

Butter für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion**
Ca. 390 kcal, 13 g F, 3 g EW, 64 g KH

Zubereitung

1. Die Süßkartoffeln waschen und in einem Topf in leicht gesalzenem Wasser zugedeckt je nach Größe in 15-20 Min. gerade eben garen. Abgießen, etwas abkühlen lassen und pellen.

2. Den Backofen auf 175° vorheizen und eine ofenfeste Form mit Butter einfetten. Die Süßkartoffeln in 1-2 cm dicke Scheiben schneiden und dachziegelartig in der vorbereiteten Form auslegen.

3. Den Zucker und den Orangensaft in einem Topf bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren erwärmen, bis der Zucker geschmolzen ist. Die Butter unterrühren und ebenfalls zerlassen. Den Sirup gleichmäßig über die Kartoffelscheiben in der Form träufeln, die Kartoffeln mit etwas Pfeffer würzen und im Ofen (Mitte) ca. 20 Min. backen.