

Rezept

Grünes Kartoffelpüree

Ein Rezept von Grünes Kartoffelpüree, am 09.06.2026

Zutaten

1 kg Kartoffeln (mehlige Sorten sind gut, fest kochende gehen aber auch)	Salz
1 Bund Rucola	2 Bund Frühlingszwiebeln
300 ml Milch	1 Kästchen Gartenkresse
Pfeffer aus der Mühle	50 g Butter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 zum Sattessen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen und waschen, in grobe Würfel schneiden. In einen Topf legen, knapp mit Wasser bedecken und mit gut 1 TL Salz mischen. Zum Kochen bringen, Deckel auflegen und die Kartoffeln bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten leicht kochen lassen, bis sie weich sind.

2. In der Zeit den Rest vorbereiten. Frühlingszwiebeln waschen, die Wurzelbüschel und die welken Teile abschneiden und wegwerfen. Die dunkelgrünen Zwiebelteile in knapp 1 cm breite Stücke schneiden. Das Weiße und Hellgrüne von den Zwiebeln in Ringe schneiden. Rucola verlesen, also alle welken Blätter aussortieren, dicke Stiele abknipsen. Den Rucola waschen und trockenschleudern. Die Kresse mit einer Küchenschere vom Beet schneiden.

3. Die Milch in einen Topf schütten. Butter und die Zwiebelringe reinrühren und alles zusammen heiß werden lassen. Dann die Zwiebelstücke untermischen.

4. Die Kartoffeln abgießen und im Topf mit dem Kartoffelstampfer gut zerdrücken. Die Milch einrühren, nur kurz rühren. Das Püree mit Salz und Pfeffer würzen, Rucola und Kresse untermischen und nur zusammenfallen lassen. Probieren und eventuell nachwürzen, dann auf den Tisch mit dem Brei.