

Rezept

Stampfkartoffeln mit Möhren und Frischkäse

Ein Rezept von Stampfkartoffeln mit Möhren und Frischkäse, am 09.06.2026

Zutaten

200 g mehligkochende Kartoffeln

50 ml Milch (1,5 %)

Salz

3 TL Kräuterfrischkäse

150 g Möhren

1 TL Butter

Muskatnuss

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Kinderportion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

Zubereitung

- 1.** Kartoffeln und Möhren waschen und schälen. Beides grob würfeln, mit 150 ml Wasser in einen Topf geben und zugedeckt in 20-25 Min. weich kochen.

- 2.** Milch erwärmen und dazugeben. Gemüse mit einer stabilen Gabel oder einem Stampfer zerkleinern. Die Butter unter den Brei rühren, mit Salz und Muskat abschmecken.

- 3.** Den Brei auf einen Teller geben, kleine Stupfen eindrücken und mit einem Löffel den Frischkäse hineingeben.