Rezept

Süßkartoffel-Kroketten mit Lauchgemüse

Ein Rezept von Süßkartoffel-Kroketten mit Lauchgemüse, am 23.05.2025

Zutaten

500 g	Süßkartoffeln
600 g	Lauch (ca. 400 g geputzt)
1	rote Peperoni
1	Knoblauchzehe
2 EL	Kartoffelpüreepulver
	geriebene Muskatnuss
200 ml	Gemüsebrühe
200 g	Sahne
100 g	Paniermehl
	Zitronensaft
	Salz
1	Zwiebel
50 g	Butter
3 EL	Mehl
	Pfeffer
1	Eigelb
1	säuerlicher Apfel
	Öl
1 EL	Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 765 kcal

Zubereitung

1. Die Süßkartoffeln schälen und würfeln. In Salzwasser in 10-12 Min. gar kochen. Inzwischen den Lauch putzen, längs aufschneiden, in Ringe schneiden und gründlich waschen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Peperoni waschen, entkernen und fein hacken.

2. Die Süßkartoffeln abtropfen lassen. Mit 20 g Butter in einer Schüssel zerdrücken. Knoblauch schälen und dazupressen. Mehl und Kartoffelpüreepulver unterrühren und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskat kräftig abschmecken. Das Eigelb unterrühren.

3. Die Zwiebeln mit der restlichen Butter in einem Topf anschwitzen. Peperoni und Lauchringe zufügen und mit andünsten. Mit Brühe ablöschen und leise kochen lassen. Den Apfel schälen, das Kernhaus entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Apfelwürfel und Sahne zum Lauch geben und das Ganze 8-10 Min. leise kochen lassen, bis der Lauch gar ist.

4. Inzwischen 5 cm hoch Öl in einem Topf erhitzen. Paniermehl in einen tiefen Teller füllen. Mit einem Löffel eine Portion Süßkartoffelpüree auf das Paniermehl setzen und darin wälzen, dabei in eine längliche Form bringen. In drei oder vier Etappen insgesamt 24 Kroketten in dem mittelheißen Öl goldbraun frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

5. Den Zucker zum Lauchgemüse geben und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zu den Süßkartoffel-Kroketten servieren.