

Rezept

Süßkartoffeleintopf mit Salsiccia

Ein Rezept von Süßkartoffeleintopf mit Salsiccia, am 12.05.2024

Zutaten

750 g Süßkartoffeln	300 g Zucchini
2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
350 g Salsiccia	½ TL Fenchelsamen
2 EL Öl	1 TL gelbe Currypaste
Salz	150 ml passierte Tomaten
125 ml Gemüsebrühe	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 345 kcal, 33 g F, 17 g EW, 41 g KH

Zubereitung

1. Süßkartoffeln schälen und in mundgerechte Stücke von ca. 2 cm Kantenlänge schneiden. Die Zucchini waschen, putzen und ebenfalls in etwa gleich große Stücke schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein würfeln.
2. Salsicce der Länge nach aufritzen und die Haut entfernen. Die Würste in walnussgroße Stücke schneiden. Fenchelsamen mörsern oder in der Gewürzmühle mahlen - für das volle Aroma bitte unbedingt frisch gemahlene Fenchel verwenden.
3. Das Öl in einem Topf erhitzen. Die Wurststücke darin bei mittlerer Hitze in ca. 2 Min. leicht anbraten. Die gewürfelten Schalotten dazugeben, nach 1 Min. auch den Knoblauch. Die Currypaste einrühren. Süßkartoffel- und Zucchinistücke hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 2 Min. mitdünsten.
4. Zuletzt die passierten Tomaten sowie die Gemüsebrühe angießen, umrühren. Dann ca. 15 Min. bei mittlerer Hitze zugedeckt garen, bis die Süßkartoffeln gerade noch bissfest sind.