Rezept

Vegane gefüllte Süßkartoffeln mit Mangold und Trüffelcreme

Ein Rezept von Vegane gefüllte Süßkartoffeln mit Mangold und Trüffelcreme, am 03.07.2025

Zutaten

- **100 g** getrocknete Pilze (Shiitake oder Steinpilze)
- **250 ml** Pflanzensahne zum Kochen
- **4** große Süßkartoffeln (à ca. 350 g)
- **1** Zwiebel
- **2 TL** helle Misopaste (Asien- oder Bioladen)
- Salz
- Kugelausstecher
- **1** kleine Zwiebel
- **1 TL** gehobelter frischer Trüffel oder Trüffelöl
- **1 EL** neutrales Pflanzenöl
- **500 g** Mangold
- Backpapier für das Blech
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal

Zubereitung

1. Für die Trüffelcreme die Trockenpilze in 200 ml heißem Wasser 10 Min. einweichen. Die Zwiebel schälen und grob zerteilen. In einem Topf die Sahne zusammen mit Pilzen samt Einweichwasser, Zwiebel, Salz und Trüffel (oder Trüffelöl) 25 Min. bei schwacher Hitze sanft kochen.

2. Inzwischen den Backofen auf 240° vorheizen. Die Süßkartoffeln mit einer Gemüsebürste unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und längs halbieren. Die Hälften rundum mit 1 EL Öl einreiben, mit Salz bestreuen und auf ein Backblech mit Backpapier setzen. Die Süßkartoffeln im Ofen in ca. 30 Min. knapp gar backen. Sie sollen noch fest sein.

3. In dieser Zeit die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Mangold waschen, trocken schütteln und Stiele und Blätter in feine Streifen schneiden. Allzu lange Streifen quer halbieren. In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und Mangoldstiele und -blätter darin 30 Sek. blanchieren, dann in Eiswasser abschrecken, abgießen und abtropfen lassen.

4. Die Süßkartoffeln aus dem Backofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Die Ofentemperatur auf 220° herunterschalten. Mit einem Kugelausstecher aus den Süßkartoffelhälften Bällchen ausstechen, dabei einen mindestens 0,5 cm breiten Rand stehen lassen.

5. Die Bällchen vorsichtig mit Mangold, Zwiebelwürfeln, Misopaste und der Hälfte der Trüffelcreme vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und alles in die Süßkartoffelhälften füllen. Die Hälften wieder auf das Blech setzen und im Ofen weitere 15-20 Min. backen. Die gefüllten Süßkartoffeln mit der übrigen Trüffelcreme servieren. Dazu passt grüner Salat.