

**Kochdauer:**

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Kürbisfleisch
400 g Erdäpfel, mehlig
90 g Butter
200 ml Milch
Salz
Pfeffer, gemahlen
Muskat, gerieben
0,5 Bund Petersilienzweige

Mein persönlicher Tipp

Anstelle von Kürbis können auch Karotten verwendet werden. Das Püree mit gerösteten Zwiebeln servieren!:

Elisabeth Heidegger

Referentin für Ernährung in St. Pölten,
LK NÖ

Quellen:

- Landwirtschaftskammer Niederösterreich:
Erdäpfelkreationen - Viel Geschmack zu jeder Jahreszeit

Erdäpfel-Kürbispüree

Zubereitung

- Erdäpfel, schälen, kochen und noch heiß mit der Erdäpfelpresse passieren.
- Kürbis schälen, Kerne entfernen, würfelig schneiden, dämpfen, mit dem Mixaufsatz pürieren und zum Erdäpfelpüree geben.
- Zimmerwarme Butter einrühren, danach so viel heiße Milch einrühren, bis das Püree die gewünschte cremige Konsistenz erhält.
- Mit Salz und wenig Muskatnuss würzen und gut abschmecken.
- Mit gehackter Petersilie bestreuen.

