Spontankochen

Timo Böckle **Mittwoch, 04.03.2020**

Marinierte Süßkartoffelnocken mit schwarzen Bohnen **Für 4 Personen**

Zutaten:
350 g Süßkartoffeln
Thymian
ca. 100 g Mehl
(hängt vom Feuchtigkeitsgehalt der Kartoffeln ab)
1 TL Stärke
2 Eigelb
Salz & Pfeffer
100 g schwarze Bohnenkerne (gekocht)
1 Rote Zwiebel
6 EL Rapsöl
8 EL Balsamico
¼ Kopf Radicchio
Rosmarin

Zubereitung:

1. Die Süßkartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen, die Kartoffelstücke kochen bis diese weich sind.

2. Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken und vollständig ausdampfen lassen. Die Kartoffelmasse mit gehackten Thymianblättchen, Salz und Pfeffer abschmecken, die Eigelbe hinzufügen.

3. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen, in der Zwischenzeit die Speisestärke und das Mehl vorsichtig unterarbeiten. Mit einem feuchten Kaffeelöffel kleine Nocken formen, diese im Salzwasser garen, anschließend in kaltem Wasser abschrecken.

4. Eine Pfanne mit Öl erhitzen, die in feine Würfelchen geschnittene Zwiebel anschwitzen. Die gekochten Bohnen zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und mit Balsamicoessig ablöschen. Den Radicchio und den Rosmarin fein schneiden bzw. hacken und bereitstellen.

5. Eine weitere Pfanne mit Öl erhitzen, die Süßkartoffelnocken von allen Seiten anbraten. Die gebratenen Nocken in einen tiefen Teller anrichten, alle weiteren Zutaten warm in einer Pfanne mischen und über die Nocken geben.

Timo's Tipp: Es besteht auch die Möglichkeit zuerst die marinierten Bohnen anzurichten und die gebratenen Kartoffelnocken aufzulegen. In jedem Fall sollte der geschnittene Radicchio aber zum Schluss über dem warmen Gericht verteilt und schnellst möglich serviert werden.