



## Rezepte aus dem Kulinarium der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen

### Süßkartoffeln mit Rukola und Ziegenkäse

(4 Portionen als Hauptgericht)

| Menge   | Zutaten  | Zubereitung   |
|---|--|---|
| 800 g   | Süßkartoffeln  | Die Süßkartoffeln schälen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Die Stücke in einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Etwas Salz dazu geben. Die Kartoffelstücke ca. 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen bis sie weich sind.<br><br>Anschließend abseihen und etwas auskühlen lassen. |
| 3 EL<br>3 EL<br>1 TL<br>1 TL<br>1 EL<br>etwas | Olivenöl<br>Balsamico<br>Honig/Zucker<br>Salz<br>Wasser<br>Pfeffer | Alle Zutaten zu einem Dressing vermengen und über die Süßkartoffeln geben.  |
| 100 g   | Rukola   | Den Rukola gut waschen und trocken schleudern oder gut abtropfen lassen.  |
| 50 g  | Kürbiskerne/Pinienkerne  | Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten (sie fangen an zu „ploppen“). In einer kleinen Schüssel beiseite stellen.  |
| 50 g  | Speckwürfel  | Die Speckwürfel in der Pfanne von den Kürbiskernen knusprig anbraten und zu den Süßkartoffeln geben.  |
| 1 Rolle                                       | Ziegenkäse   | Die Ziegenkäse-Rolle in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und von beiden Seiten in der Pfanne, wo der Speck gebraten wurde, anbraten.   |
| 2   | Frühlingszwiebeln  | Die Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden.  |
|   |  | Den Rukola n. B. etwas klein zupfen und auf die Teller verteilen. Mittig die mit dem Dressing marinierten Süßkartoffeln platzieren und mit je 3 bis 4 Scheiben Ziegenkäse belegen. Mit den gerösteten Kürbiskernen/Pinienkernen und den Frühlingszwiebeln bestreut servieren.                       |