

AMINOS ANTONIOS ANTON	
	© Martina Höfelmaier

Dauer: Schnell
Kategorie: Hauptspeisen
Saison: Ganzjährig
Für: 2 Personen
Verfasst von: Martina Höfelmaier

Zutaten

CA. 600 G Süßkartoffeln
Olivenöl

Zubereitung

- 1. Backrohr auf 180 °C Ober-Unterhitze vorheizen.
- 2. Die Süßkartoffeln mit einem Spieß mehrmals einstechen, mit etwas Öl einpinseln und in eine Auflaufform geben.
- 3. Im Backrohr ca. 45 Minuten garen, bis die Süßkartoffel weich ist.

In der Mitte einschneiden und die Süßkartoffel aufklappen, nach Belieben würzen und mit Dip oder Frischkäse sowie einem saisonalen Salat servieren.

Als Topping kann folgendes verwendet werden:
Salz und Pfeffer
Pesto nach Geschmack
Parmesan
Frische Kräuter wie z.B. Petersilie

Sauerrahmdip oder Frischkäse zum Dippen