

BBQ-Süßkartoffeln mit Shitake-Pilzen

Für 2 Personen

4 große Süßkartoffeln	2 EL Keimöl	2 EL BBQ-Sauce
1 EL indonesische Sojasauce	1 TL geriebener Ingwer	2 EL zerbröselter Feta
1 Frühlingszwiebel	1/2 EL Butter	1 Handvoll Shiitakepilze
2 EL Cashewkerne	Jalapeno	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Süßkartoffeln gut waschen und mit Schale in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. In reichlich Wasser 5 Minuten kochen. Währenddessen Öl, BBQ-Sauce, Sojasauce und Ingwer vermengen.

Die Süßkartoffeln abgießen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Mit der Sauce einpinseln, den Feta darüber bröseln und im Ofen 30 Minuten backen.

Währenddessen die Frühlingszwiebel in Ringe oder mund-gerechte Stücke zerteilen. Butter in einer Pfanne zerlassen, die Shiitake darin anbraten, Frühlingszwiebel, Cashews und Jalapenos dazugeben, kurz mitrösten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pilze auf den Süßkartoffeln anrichten und servieren.

Christian Henze am 14. Juni 2019