

# Backofen-Süßkartoffel

---



## **Zutaten (4 Portionen):**

4 Süßkartoffeln (á ca. 400g)  
4 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
400g Schmand  
1 Zehe Knoblauch  
1 Bund Schnittlauch  
1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)

## **Zubereitung:**

Süßkartoffeln säubern, waschen und trockentupfen. Backofen auf 220 Grad Celsius vorheizen.

4 Stücke Alufolie auf die Arbeitsfläche legen und jeweils eine Kartoffel in die Mitte setzen. Die Kartoffeln mit einer Gabel mehrfach einstechen, mit je 1 EL Olivenöl beträufeln, mit Salz sowie Pfeffer bestreuen und in die Folie einwickeln.

Die Folienkartoffeln auf einen Rost legen und für 50 Minuten in den Ofen geben.

Unterdessen die Schmandcreme zubereiten. Hierzu den Schmand mit einem Schneebesen cremig rühren, Knoblauch hinzupressen, Kreuzkümmel zugeben und unterrühren. Die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schnittlauch in Röllchen hacken und unter die Schmandcreme rühren.

Kartoffeln nach der Backzeit aus der Alufolie wickeln, auf einen Teller setzen und längs einschneiden. Die Kartoffel leicht öffnen, mit der Schmandcreme gefüllt und mit Kresse garniert servieren.

***Nährwertangaben: 676 kcal p.P, 84 g KH p.P.***