

Senf-Kartoffelstampf mit Linsentaler

Kartoffelstampf für 4-5 Personen:

1000 g Kartoffeln

1 EL Butter

120 g Creme fraiche

300 ml Milch, lauwarm

4 TL Senf

1 EL Petersilie, gehackt

1 TL Salz

Muskatnuss

Linsenpatties für 5 Personen:

200 g Linsen, rot

150 g Cous Cous

500 ml Gemüsebrühe

1 kleine Karotte, geraspelt

1 Knoblauchzehe, gepresst

3 EL Semmelbrösel

1 EL Senf

Salz, Pfeffer und Muskatnuss



Für den Senf-Kartoffelstampf werden die Kartoffeln geschält und in siedenden Salzwasser weich gekocht. Die Kartoffeln kurz ausdampfen lassen und mit dem Kartoffelstampfer so fein wie gewünscht zerstampfen. Nun werden die Creme fraiche, die Milch, der Senf, die Petersilie und die Gewürze zu den Kartoffeln hinzugefügt und gut durchgerührt.

Für die Linsenpatties werden die Linsen in der doppelten Menge Wasser nach Packungsanleitung gekocht (etwa 15 Minuten). Für den Couscous gibt man 500 ml Gemüsebrühe in einen Topf und lässt den Couscous einrieseln. Bei kleiner Hitze 10 Minuten weich kochen lassen und dann noch 10 Minuten ziehen lassen.

Sobald die Linsen und der Couscous nur mehr handwarm sind, werden sie gemischt und in eine große Rührschüssel gegeben. Man fügt die geriebene Karotte, die gepresste Knoblauchzehe, die Semmelbrösel, den Senf und die Gewürze hinzu.

In einer Pfanne wird etwas Öl erhitzt und mit dem Löffel setzt man kleine Häufchen der Masse in die heiße Pfanne und lässt diese von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Das Kartoffelstampf wird auf einem Teller verteilt und abschließend werden Linsentaler darauf gesetzt. Mit Kräutern und Senf dekorieren und servieren.

