



# Cremige Karotten mit Sahne-Dill-Sauce und kleinen Quetsch-Kartoffeln



Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Karotten	600 g
kleine Kartoffeln, vorw. festk.	800 g
Salz	
Lorbeerblätter, getrocknet	2 St.
Butter	3 EL
Gemüsebrühe	100 ml
Schlagsahne	200 g
Zucker	
Dill, frisch	20 g

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf mit Deckel

1. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Karotten schälen und in dekorative Scheiben (ca. 0,5 cm) schneiden. Kartoffeln waschen.
2. In einen Topf mit 1,5 l gesalzenem Wasser Lorbeerblätter und Kartoffeln geben. Zudecken und Kartoffeln ca. 20 Min. weich kochen.
3. In einem weiteren Topf 1 EL Butter schmelzen und Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Karottenscheiben dazugeben und ca. 5 Min. weiterdünsten. Mit Gemüsebrühe und Sahne ablöschen und zugedeckt ca. 10 Min. weich kochen. Deckel herunternehmen und Flüssigkeit ca. 5 Min. einkochen lassen. Mit Salz und einer Prise Zucker abschmecken.
4. Dillspitzen von den Stielen zupfen und grob schneiden. Kartoffeln abschütten und mit einer Gabel aufbrechen.
5. Dill unter die Karotten rühren. Kartoffeln auf Tellern anrichten, restliche Butter darauf verteilen und mit den cremigen Karotten servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Gemüseschalen von Karotten oder Zwiebeln kannst du aufheben und eine Gemüsebrühe daraus kochen. Ebenso Abschnitte von Sellerie, Lauch oder Pastinaken. Die Abschnitte kannst du einige Tage im Kühlschrank sammeln, bis du genug für deine

Brühe beisammen hast.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	362 kcal
Kohlenhydrate	53 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	14 g