Skordalia – Griechische Knoblauchcreme

Zeit gesamt 40min

Zubereitungszeit 20min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Salz	
Knoblauchzehen	4 St.
Zitronen	1 St.
Olivenöl	120 ml
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf, Kartoffelstampfer

1. Kartoffeln schälen, waschen und grob würfeln. In einem Topf mit Salzwasser bedeckt aufkochen und zugedeckt auf mittlerer Stufe ca. 25 Min. weich garen.

2. Inzwischen Knoblauch schälen und fein hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen.

3. Kartoffeln abgießen, dabei etwa 1 Tasse Kochwasser auffangen. Kartoffeln ca. 2 Min. ausdampfen lassen und sofort durch eine Kartoffelpresse drücken oder mit einem Kartoffelstampfer fein zerstampfen.

4. In einer Schüssel Kartoffelmasse mit Olivenöl, Knoblauch und etwas Kartoffelkochwasser verrühren, sodass eine cremige Masse entsteht. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und in eine flache Schüssel geben.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen Naan – Indisches Fladenbrot.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	278 kcal
Kohlenhydrate	24 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	19 g