



Zutaten 4 Portionen

🖊 = Kotányi Produkte

600 g Süßkartoffel500 g Hack, vegan1 Stk. Zwiebel

2 Stk. Knoblauchzehen2 EL Tomatenmark100 ml Schlagsahne

150 ml Wasser

200 g Tomaten aus der Dose,

gehackt

1 EL

✓ Zitronengras geschnitten

Süßkartoffel Veggie-Hack Pfanne

Zubereitung

- 1 Zuerst werden die Süßkartoffeln geschält und in mundgerechte Würfel geschnitten. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.
- 2 1 EL Öl in eine beschichtete Pfanne geben und das vegane Hack anbraten. Den Zwiebel und Knoblauch zugeben und mitbraten. Dann das Tomatenmark unterrühren.
- 3 Die Kräuter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Süßkartoffeln, Wasser und die Schlagsahne nun einrühren, ebenso wie die gehackten Tomaten.
- 4 Die Pfanne mit einem Deckel abdecken und für etwa 10-15 Minuten köcheln lassen, dabei zwischendurch umrühren.
- 5 Mit frischen Kräutern anrichten und bei Belieben in einer halben ausgehöhlten Süßkartoffel aus dem Ofen servieren.

