

## Gefüllte Süßkartoffeln



### Du brauchst (2 Personen):

- 2 mittelgroße Süßkartoffeln
- 1 große oder 2 kleine reife Avocado
- 1 Becher Bio Creme fraiche (oder ca. 2 EL pflanzliche Creme, wie z.B. Hafercreme für die vegane Variante)
- Salz und Pfeffer, Gemüsebrühe (ohne Hefeextrakt)

## Und so geht`s:

Die Süßkartoffeln rundum mit einer Gabel einstechen und im Ofen bei 180 Grad backen bis sie weich sind (zwischendurch mit einem Messer einstechen, um zu testen).

In der Zwischenzeit das Fruchtfleisch der Avocado lösen und in einer Schüssel mit der Creme raiche (oder der pflanzlichen Creme) gut vermischen. Anschließend mit Brühe, Salz und Pfeffer würzen.

Die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und längs aufschneiden. Mit der Avocadocreme füllen und heiß genießen!

TIPP: Dazu passt frischer Salat sehr gut ;-)