



Kartoffelpüree mit Speck und gebackenen Zwiebeln

Zeit gesamt
1hZubereitungszeit
30minSchwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Butter	60 g
Thymian, frisch	30 g
Zwiebeln, gelb	4 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Feta	100 g
Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Speckstreifen	125 g
Milch	50 ml
Schlagsahne	75 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Auflaufform, Kartoffelstampfer

1. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. In einem Topf Butter auf niedriger Stufe ca. 2–3 Min. schmelzen. Inzwischen Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen, zur Butter geben und zum Durchziehen beiseitestellen.
2. Zwiebeln schälen und an der Unterseite jeweils ca. 2 cm abschneiden, sodass sie gerade stehen (abgeschnittene Zwiebelstücke aufbewahren). Zwiebeln nebeneinander in eine gefettete Auflaufform setzen. Zwiebeln salzen, pfeffern und mit etwas Thymianbutter bepinseln. Im vorgeheizten Backofen ca. 60 Min. weich backen. Feta abtropfen lassen, zerbröckeln und Zwiebeln nach etwa 40 Min. Backzeit damit bestreuen.
3. Inzwischen in einem Topf ca. 3 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Kartoffeln schälen, waschen, würfeln und im Salzwasser ca. 20–25 Min. weich garen.
4. Zwiebelabschnitte klein würfeln. In einer Pfanne Thymianbutter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebelwürfel ca. 3 Min. weich dünsten. Speck zugeben und ca. 4 Min. braten.
5. Kartoffeln abgießen, im gleichen Topf kurz ausdampfen lassen und mit Milch und Sahne grob zu einem Kartoffelpüree stampfen. Zwiebel-Speck-Mischung unterheben und abschmecken. Kartoffelpüree mit Speck und gebackenen Zwiebeln servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 580 kcal

Kohlenhydrate 58 g

Eiweiß 15 g

Ballaststoffe 7 g

Fette 32 g
