Rösti-Waffeln mit Apfel-Mango-Kompott

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, mehligkochend	800 g
Salz	
Speisestärke	4 EL
Öl	4 EL
Äpfel, rot	2 St.
Mango	1 St.
Brauner Zucker	
Minze, frisch	10 g

Zubereitung

Küchenutensilien

große Schüssel, mittlerer Topf mit Deckel, grobe Reibe, Waffeleisen

1. Kartoffeln schälen und fein raspeln. In einer Schüssel Kartoffelraspel salzen, kräftig verkneten und mit den Händen auspressen. Austretende Flüssigkeit abgießen. Anschließend Speisestärke zugeben und gründlich vermischen.

2. Waffeleisen vorheizen und einfetten. Anschließend 2–3 EL der Kartoffelmasse auf dem Waffeleisen verteilen und ca. 6 Min. goldbraun ausbacken. Vorgang mit der restlichen Kartoffelmasse wiederholen. Zwischendurch das Waffeleisen immer wieder einfetten.

3. Äpfel waschen, Kerngehäuse entfernen und würfeln. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein lösen und würfeln. In einem Topf Äpfel und 50 ml Wasser auf mittlerer Stufe erhitzen und ca. 8 Min. zugedeckt köcheln lassen. Mango zugeben, mit Rohrzucker abschmecken und vom Herd nehmen.

4. Minze waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. Rösti-Waffeln auf Teller verteilen und mit Apfel-Mango-Kompott und Minze garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	386 kcal
Kohlenhydrate	73 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	9 g