Previous Next
Print as PDF

Difficulty
Einfach
Duration
20 min
Serving
3 Portionen

Kartoffel Püree mit Roter Bete

Das bunte Kartoffelpüree mit Roter Bete passt perfekt zu einer deftigen Mahlzeit und ist ein echter Hingucker auf deinem Teller.

Ingredients

- 2 TL MAGGI Gemüse Brühe
- 500 g Kartoffeln
- 80 ml Milch, 1,5% Fett
- 20 g Butter
- 20 ml Rote Bete Saft

Copy ingredients

Preparation

1. Gemüsebrühe herstellen

   3min

   Gemüsebrühe von MAGGI in ausreichend kochendem Wasser auflösen.

2. Kartoffeln kochen

   11min

   Die Kartoffeln waschen, schälen, würfeln und ins kochende Wasser geben. Sobald sie gar sind, die Kartoffeln abgießen.

3. Kartoffelbrei zubereiten

   4min

   Die Kartoffel-Masse mit einem Stabmixer pürieren und dabei die Butter und die Milch dazugeben.

4. Rote Beete hinzugeben

   2min

Am Ende noch den Rote Bete Saft einrühren.

Nutritional information

Energie	192.6 kcal
Fett	6 g
Gesättigte Fette	3.9 g
Kohlenhydrate	29.1 g
Zucker	3.6 g
Ballaststoff	2.2 g
Protein	4.4 g
Natrium	696 mg

Alle Angaben pro Portion