

Süßkartoffel Rezepte

Zusammengestellt, erprobt und dankenswerter Weise von den Bülkauer Landfrauen zur Verfügung gestellt
13. Oktober 2022

- Seite 1 Süßkartoffel-Walnuss-Tarte
- Seite 1 Gratin von 3erlei Kartoffeln
- Seite 1 Süßkartoffel-Quiche
- Seite 2 Süßkartoffel-Möhren-Suppe
- Seite 2 Süßkartoffel-Linsen-Eintopf
- Seite 2 Pikantes Süßkartoffel-Gulasch
- Seite 2 Süßkartoffel-Pfanne
- Seite 3 Gefüllte Süßkartoffel mit Kräuter-Pfeffer-Schmand
- Seite 3 Süßkartoffel-Avocado-Salat
- Seite 3 Kürbis mit Süßkartoffel und Ziegenkäse
- Seite 3 Süßkartoffelsalat
- Seite 4 Herbstsalat mit gerösteten Süßkartoffeln
- Seite 4 Süßkartoffel-Feta-Dip
- Seite 4 Süßkartoffelpuffer mit Joghurt und Räucherlachs
- Seite 5 Süßkartoffel-Dattel-Aufstrich (mit Cashew-Mus)
- Seite 5 Süßkartoffel-Rosinenbrot
- Seite 5 Süßkartoffelkuchen aus Neuseeland
- Seite 6 Süßkartoffel-Butterkuchen
- Seite 6 Süßkartoffel-Pralinen (Penellets)

Süßkartoffel-Walnuss-Tarte

- 250 g Mehl
- 100 g Frischkäse
- 100 g Butter
- 40 g Butter (für die Form)
- 1 Eigelb
- Salz und Pfeffer

- 400 g Süßkartoffeln
- 2 Stangen Petersilie
- 100 g Walnusskerne
- 3 Eier
- 150 g Schlagsahne
- 50 g Gorgonzola

Das Mehl mit dem Frischkäse, Butter, Eigelb und Salz zu einem glatten Teig verarbeiten, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 60 min kühlen.

Die Tarte-Form buttern und mit Mehl bestäuben.
Den Teig auf einer bemehlten Fläche etwas größer als die Form ausrollen. Die Form mit dem Teig auskleiden, den Rand andrücken. Den Teig in der Form nochmal kühl stellen.
Den Backofen auf 200 Grad vorheizen (Umluft 180 Grad)
Die Süßkartoffeln schälen und grob raspeln. Die Nüsse hacken und rösten. Die Petersilienblättchen grob hacken.
Den Teig mit den Zutaten belegen. Eier, Sahne und Gorgonzola verrühren, und über die Tarte gießen. Pfeffern.
Die Tarte im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 25 min backen.
Dann die Temperatur reduzieren (150 Grad bzw. 130 Grad Umluft) und ca. 20 min weiter backen.
Anschließend die Tarte etwas abkühlen lassen, aus der Form lösen, und am besten lauwarm servieren.

Gratin von dreierlei Kartoffeln

- 500g Süßkartoffeln
- 500g blaue Kartoffeln
- 500g festkochende Kartoffeln
- Salz und weißer Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL weiche Butter
- 100g Gruyère Käse (reiben)
- 200 ml Milch
- 200g Sahne
- Frisch geriebene Muskatnuss

Alle Kartoffeln schälen, und nach Sorten getrennt in sehr dünne Scheiben hobeln. Jede Sorte in eine eigene Schüssel geben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen
Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.
Den Knoblauch schälen und fein reiben. Die Butter mit dem Knoblauch mischen.
Eine große Auflaufform mit der Knoblauchbutter austreichen, die Kartoffelscheiben farblich abwechselnd hochkant einschichten.
Milch und Sahne in einem Topf kurz aufkochen.
Den Topf vom Herd nehmen und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.
Die Mischung über die Kartoffeln gießen und mit dem Käse bestreuen.
Im Ofen auf mittlerer Schiene 40-50 min backen.
Bis die Kartoffeln weich, und die Oberfläche gebräunt ist (evtl. mit Alufolie abdecken)



Süßkartoffel-Quiche

- 250 g Dinkelmehl
- 125 g Butter
- 4 Eier
- 10 g Wasser
- 1 TL Salz

Alle Zutaten zu einem Teig verarbeiten, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 min. in den Kühlschrank legen. Anschließend den Teig in eine Springform geben.

- 350 g Süßkartoffeln
- Etwas Petersilie
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 250 g Hackfleisch
- 150 g Creme fraiche
- 50 g Milch
- 2 Pr. Muskat
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer

- 100 g Cherry-Tomaten
- 150 g Feta

Süßkartoffeln, Petersilie, Zwiebel und Knoblauch zerkleinern.
Das Hackfleisch andünsten.
Darin alle Zutaten in der Springform verteilen. Auf die Süßkartoffelmischung die halbierten Cherry-Tomaten mit der Schnittfläche nach oben legen.
Den zerkleinerten Feta ebenfalls auf die Mischung legen.
Ca. 50-60 min backen bei ca. 180 Grad.

Süßkartoffel-Möhren-Suppe

500 g Süßkartoffeln
250 g Möhren
40 g Ingwer
1 Zwiebel
50 g Butter
300 ml Apfelsaft
1 ltr. Gemüsebrühe
1 Bund Schnittlauch
40 g Mandelblättchen
150 g Sahne
2-3 EL Zitronensaft
Salz und Pfeffer, Cayennepfeffer

Süßkartoffeln, Ingwer, Möhren und Zwiebel schälen
Alles in Scheiben schneiden
Zusammen in der Butter glasig dünsten, und mit Apfelsaft und Brühe ablöschen
Zugedeckt ca. 20min köcheln lassen
Inzwischen den Schnittlauch abrausen und in feine Röllchen schneiden.
Die Mandelblätter in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.
Die Sahne steif schlagen.
Die Suppe fein pürieren und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen
Den Schnittlauch unterrühren und mit Sahnehäubchen und Mandelblättchen anrichten.

Süßkartoffel-Linsen-Eintopf

200 g rote Linsen
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer (ca. 20g)
450 g Süßkartoffeln
2 EL Olivenöl
1 EL Gemüsebrühe (instant)
75 g Cashewkerne
Ein paar Stiele Koriander
Gemahlener Koriander
Salz, Currypulver, Cayennepfeffer
Einige Spritzer Zitronensaft
200 g griechischer Joghurt

Linsen in einem Topf ohne Fett ca. 4-5 min unter ständigem Rühren rösten, in ein Sieb geben und abspülen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln.

Die Süßkartoffeln schälen, waschen und klein schneiden
Öl im Topf erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer darin andünsten.
Die Süßkartoffeln kurz mit dünsten, dann die Linsen zugeben. 850 ml Wasser angießen und die Brühe einrühren. Aufkochen lassen.

Bei mittlerer Hitze ca. 20 min köcheln lassen.

Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Dann grob hacken.

Koriander waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
Die Suppe mit $\frac{1}{4}$ TL gem. Koriander, Curry, Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Dann mit 1 Klecks Joghurt anrichten.

Mit Koriander und Cashew bestreut servieren.

Pikantes Süßkartoffel-Gulasch

2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
1 rote Chilischote
1 kg Rindergulasch
1 EL Öl
100 g Speckwürfel
Salz und Pfeffer
1 EL Tomatenmark
750 ml Rotwein
750 ml Gemüsebrühe
400 g Süßkartoffeln
1 große rote Paprika

Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und hacken.
Chili der Länge nach aufschneiden, die Kerne entfernen.
Die Schote klein schneiden.
Das Fleisch in Würfel schneiden.
Öl in einem Bräter erhitzen und Fleisch und Speck unter Rühren ca. 5 min kräftig anbraten.
Zwiebeln, Knoblauch und Chili zugeben und ca. 2 min weiter braten.
Mit Salz und Pfeffer würzen.
Tomatenmark einrühren, und mit Rotwein und Brühe ablöschen.
Das Gulasch zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln lassen.
Die Süßkartoffeln schälen und in Würfel schneiden (ca. 1x1cm)
Paprika halbieren, Kerne entfernen und in Streifen schneiden.
Süßkartoffeln und Paprika ca. 10 min vor Ende der Garzeit zugeben.
Den Deckel vom Bräter nehmen und ca. 15 min weiter schmoren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. (evtl. mit dunklem Soßenbinder abbinden)

Süßkartoffel-Pfanne mit Wirsing + Cashewkernen

4 EL Cashewkerne
500 g Süßkartoffel
2 kl Stangen Porree
300 g Wirsing
2 kl Paprika, orange
2 kl Knoblauchzehen
2 kl Zwiebeln, rot
1 Stück Ingwer (walnussgroß)
2 EL Olivenöl
1 EL Gemüsebrühe
1 TL Zucker, braun
150 g Feta light
1 TL Pfefferbeere, rot

Die Cashewkerne grob hacken, und in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten. Die Süßkartoffeln schälen, längs vierteln und in 0,5 cm breite Abschnitte schneiden. Die Paprika entkernen, vierteln und in Rauten schneiden. Den Knoblauch, Zwiebel und Ingwer würfeln

Olivenöl in eine große Pfanne geben und erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Lauch bei mittlerer Hitze 5 min anbraten. Das übrige Gemüse und die Süßkartoffeln zugeben, unterrühren und 2 min mit anbraten.
Die Gemüsebrühe und den Zucker in 50-100 ml Wasser auflösen und das Gemüse damit ablöschen. 10 min bei mittlerer Hitze garen.
Den Feta würfeln und 2 min vor Ende der Garzeit auf das Gemüse legen und erwärmen. Mit Cashewkernen und den Pfefferbeeren bestreut servieren.

Gefüllte Süßkartoffeln mit Kräuter-Pfeffer-Schmand

- 4 mittelgroße Süßkartoffeln
- 250g Schmand
- Abrieb von 1 Bio-Zitrone
- Salz, Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- Je ½ Bund Petersilie, Estragon, Kerbel (feingehackt)
- 1-2 TL Steakpfeffer
- 2 EL Schnittlauchröllchen
- Schnittlauchblüten

Die Kartoffeln waschen und abtrocknen. Mit einer Gabel einstechen und jeweils in Alufolie wickeln

Auf dem Grill bei indirekter Hitze je nach Größe 20-30 Minuten unter gelegentlichem Wenden garen.

Den Schmand mit dem Zitronenabrieb und Salz, Pfeffer, Zucker und den gehackten Kräutern verrühren.

Die Süßkartoffeln vom Grill nehmen, etwas abkühlen lassen und auswickeln.

Die Kartoffeln halbieren und das Fruchtfleisch aus der Mitte mit einem Löffel entfernen. Einen Rand stehen lassen.

Das Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdrücken, salzen und pfeffern.

Mit der Hälfte vom Schmand verrühren. Die Creme in die Kartoffeln füllen.

Mit Steakpfeffer, Schnittlauchröllchen und -blüten bestreuen.

Den übrigen Schmand dazu reichen.

Süßkartoffel-Avocado-Salat mit schärfem Limetten-Dressing

- 1 Süßkartoffel (ca. 250g)
- 1 reife Avocado
- 1 kleine rote Zwiebel
- 1 grüne Peperoni
- 1 Bund Koriander
- 60 g gesalzene Cashewkerne
- Saft und Abrieb von 1 Limette (unbehandelt)
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- Sonnenblumenöl

Den Backofen auf 210 Grad Umluft vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen

Die Süßkartoffel schälen und in grobe Würfel schneiden

Die Würfel salzen und pfeffern, und mit Sonnenblumenöl marinieren.

Im Ofen ca. 10 min garen.

Das Fruchtfleisch der Avocado in große Würfel schneiden.

Die Zwiebel schälen und in dünne Streifen schneiden, und die Peperoni mit den Kernen in feine Ringe schneiden

Das Koriandergrün mit den Stielen grob schneiden, die Cashewkerne grob hacken.

Die Süßkartoffel- und Avocadowürfel in einer Schüssel mit Limettensaft und -abrieb, 2 EL Sonnenblumenöl und allen vorbereiteten Zutaten zu einem Salat vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Wer es gerne mit Fleisch mag: lecker mit Garnelen oder gewürfelter Hähnchenbrust

Kürbis mit Süßkartoffeln u. Ziegenkäse (nur 2 Personen)

- ¼ Hokkaido-Kürbis (ca. 700g)
- 1 kleine Süßkartoffel (ca. 250g)
- 1 rote Zwiebel
- 1 Ziegenkäserolle (200g)
- 2 EL Olivenöl
- 2 TL getrockneten Thymian
- ½ TL Chilipulver
- ½ TL Zimt
- Salz und Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Kürbis waschen, Kerne und Fasern herauslösen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Süßkartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden.

Den Ziegenkäse diagonal halbieren und dann quer in dünne Scheiben schneiden

Kürbis, Süßkartoffel und Zwiebelringe mischen, und mit Öl, Thymian, Chilipulver, Zimt, Salz und Pfeffer würzen

Das Gemüse auf dem Backblech verteilen, den Ziegenkäse obenauf legen.

Im Backofen 20-25 min backen.

Anschließend herausnehmen und vor dem Servieren kurz abkühlen lassen.

(Wer Ziegenkäse nicht mag, nimmt Fetakäse)

Süßkartoffel Salat

300g Süßkartoffeln

20g Sonnenblumenkerne in Pfanne rösten

2 EL Öl in Pfanne und Süßkartoffeln anbraten
15 min köcheln lassen

50g rote Zwiebeln dazu

Salz, Pfeffer - würzen

100g Feldsalat putzen und auf Teller verteilen

und darüber die Süßkartoffeln

1 TL Crema de Balsamico darüber geben

Herbstsalat mit gerösteten Süßkartoffeln

250 g Rucola
1 Süßkartoffel
4 Cherry-Tomaten (oder 1 Fleischtomate)
1 Schalotte
1 Avocado
1 TL Chiliblätter
3 TL Olivenöl
Salz und Pfeffer

Süßkartoffel waschen, in Spalten schneiden und in eine ofenfeste Form legen.
Die Spalten mit Olivenöl, Chiliblättern, Pfeffer und Salz würzen.
Gut durchgemischt bei 200 Grad (Umluft) ca. 20 min backen.
Die Tomaten vierteln, die Avocado in Spalten, und die Schalotte in feine Ringe schneiden.
Wenn die Süßkartoffeln fertig sind, den Salat anrichten.
Dazu den Rucola auf die Teller legen und die restlichen Zutaten einfach darauf verteilen.

Für das Dressing:
1 EL Senf
1 TL Honig
2 TL Zitronensaft
2 EL Olivenöl
1 EL Wasser
Salz und Pfeffer

Senf mit Zitronensaft, Honig, Pfeffer und Salz verrühren. Dann Olivenöl und Wasser einrühren.
Das Honig-Senf-Dressing über den Salat geben.

Süßkartoffel-Feta-Dip

200 g Süßkartoffeln
1 Knoblauchzehe
6 Zweige Thymian
200 g Frischkäse
100 g Quark
100 g Feta
Salz und Pfeffer

Die Süßkartoffeln schälen und garen, die Knoblauchzehe pressen
Von den Thymianzweigen die Blätter abstrubeln

Einfach alles miteinander verrühren.

Dazu passen Kräcker, Brot, Grissini oder Gemüsesticks.

Süßkartoffelpuffer mit griechischem Joghurt und Räucherlachs

1 große Süßkartoffel
½ Zwiebel
25 g Mehl
1 Ei
¾ TL Knoblauchpulver
¼ TL Salz
2 EL Olivenöl
85g Räucherlachs
75 g griechischer Joghurt
2 EL gehackter Schnittlauch

Geschälte Süßkartoffel und die Zwiebel fein reiben.
Die geriebenen Zutaten auf ein Geschirrtuch legen und möglichst viel Flüssigkeit sanft ausdrücken.
Anschl. die Masse mit Mehl, Ei, Knoblauchpulver und Salz verrühren.
Eine Antihaf-Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, 1 EL Olivenöl hineingeben.
Jeweils 1 EL der Kartoffelmasse in die Pfanne geben.
Die Puffer 2-3 min von jeder Seite braten, bis sie goldbraun und gar sind.
Die Kartoffelmasse nacheinander (mit je 1 EL Olivenöl) braten bis alles verbraucht ist.

Einen Klecks Joghurt auf die Puffer geben und mit Räucherlachs und frisch gehacktem Schnittlauch garnieren.

Süßkartoffel-Dattel-Aufstrich

1 Süßkartoffel (ca. 400g)
3 Datteln
100 g Deli Reform Das Original
50 g Cashewmus
½ TL Currypulver, Salz und Pfeffer, 1 Msp Cayennepfeffer
1 EL frisch gehackter Koriander

Die Süßkartoffel schälen, waschen, in grobe Stücke schneiden und ca. 20 min in kochendem Wasser garen. Abtropfen lassen und mit einer Gabel etwas zerdrücken und abkühlen lassen.

Die Datteln fein hacken. Mit Deli-Reform, Pfeffer, Cashew-Mus, Currypulver und Koriander verrühren. Das Süßkartoffelmus unterrühren.

Der Süßkartoffel-Dattel-Aufstrich mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In Gläser abfüllen und fest verschließen, ca. 60 min kalt stellen.

Der Aufstrich z.B. zu frischem Baguette servieren. Gekühlt 3-4 Tage haltbar.

Cashew-Mus - zum Süßkartoffel-Dattel-Aufstrich

eine Anleitung zum Selbermachen: Geht ganz einfach

- Rösten** ..Die Cashewkerne auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Ca. 15 min bei etwa 180 Grad (Ober-/Unterhitze) rösten. Wenn sie goldbraun sind, herausnehmen und auf einem Teller oder auf dem Backpapier auskühlen lassen.
- Mahlen** ..Die Cashewkerne in der Küchenmaschine sehr fein mahlen. Achtung: während des Mahvorgangs mehrere Pausen von 5 - 10 min machen!! Der Motor der Maschine könnte überhitzen, außerdem könnte bei zu großer Hitze das austretende Öl sich von der Nussmasse trennen und es entsteht kein cremiges Mus mehr. Außerdem immer die Masse vom Rand in die Mitte schieben und auflockern. So lange weiter mahlen, bis ein cremiges Mus ohne Stückchen entstanden ist. Je nach Geschmack evtl. mit Salz oder mit Zimt abschmecken. Anschließend in Gläser abfüllen, dunkel und trocken lagern. (nicht im Kühlschrank, weil es dort kondensieren könnte) Haltbar ist es ca. 3 Monate.

Die Haltbarkeit verlängert sich, wenn man am Schluss etwas Nussöl oder Pflanzenöl auf die Oberfläche gibt. Vor dem Verzehr das Öl gut verrühren.

Süßkartoffel-Rosinenbrot

350 g Mehl
½ TL Salz
2 TL Backpulver
1 TL Zimt
½ TL Muskat
500 g Süßkartoffeln
100 g Zucker, braun
120 g Butter
3 Eier
100 g Rosinen
Fett für die Form

Die Süßkartoffeln schälen, würfeln und in gesalzenem Wasser 10-15 min weichkochen, anschl. abtropfen lassen. Den Backofen vorheizen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze (160 Grad Umluft) Kastenform (ca. 1 Liter) einfetten.

Mehl, Salz, Backpulver, Zimt und Muskat in eine Schüssel geben. Die gekochten Kartoffeln mit Zucker, Butter und Eiern in einer anderen Schüssel gründlich verrühren.

Die Mehlmischung und die Rosinen dazugeben, mit einem Holzlöffel nur so lange umrühren, bis das Mehl gerade gebunden ist. Den Teig in die Kastenform füllen und ca. 60-75 min backen. Etwa 15 min abkühlen lassen, dann das Brot vorsichtig aus der Form nehmen und auf einem Gitter ganz auskühlen lassen.

Schmeckt am besten lauwarm mit etwas Butter bestrichen...

Süßkartoffelkuchen (aus Neuseeland)

275g Mehl
2 TL Backpulver
1 TL Natron
2 TL Zimt
250g brauner Zucker
50g gehackte Nüsse
300g geschälte Süßkartoffel
3 Eier
175ml Pflanzenöl
100ml frisch gepressten Orangensaft
200g Sahnfrischkäse
50g weiche Butter
150g gesiebten Puderzucker
Schale von 1 Bio-Orange

Mehl, Backpulver, Natron und Zimt mischen. Zucker und Nüsse daruntermischen.

Die Süßkartoffel fein raspeln.

Eier, Öl und Orangensaft mischen und mit den trockenen Zutaten verrühren.

Den Teig in eine gefettete und ausgebröselte Springform geben. Ca. 30-35 min backen, anschließend auskühlen lassen.

Der Frischkäse mit der Butter und dem Puderzucker schaumig rühren und auf den Kuchen streichen.

Die Orangenschale auf den Kuchen streuen. (evtl. mit Minze verzieren)

Anmerkung: den Kuchen länger als angegeben backen!

Süßkartoffel-Butterkuchen

250g Süßkartoffel
1 Würfel Hefe
125ml Milch
150g Zucker
1 EL Vanillezucker
400 Mehl
1 Prise Salz
Schale von 1 unbehandelten Zitrone
150 g zimmerwarme Butter

50g flüssige Butter
1 EL Zimt-Zucker

Die geschälten Süßkartoffeln in Stücke schneiden, mit etwas Wasser in der Mikrowelle abgedeckt ca. 5min bei 600Watt garen. Anschl. 5 min stehen lassen.

Die Hefe zerbröseln, mit der lauwarmen Milch und 1 TL Zucker verrühren, und kurz stehen lassen.

Die Süßkartoffeln abgießen und fein stampfen.

Das Mehl mit dem restlichen Zucker und dem lauwarmen Kartoffelpüree mischen. Salz und Zitronenschale zugeben.

In die Mitte eine Mulde eindrücken, die Butter am Rand verteilen.

Hefelösung in die Mitte geben und alles zu einem Teig verkneten, bis er sich vom Schüsselrand löst

Die Schüssel abdecken und den Teig gehen lassen.

Nochmals durchkneten und anschl. ausrollen

Auf ein Backblech umsetzen, die Oberfläche unregelmäßig eindrücken.

40 min im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad backen.

Den lauwarmen Kuchen mit flüssiger Butter bestreichen und mit Zimt-Zucker bestreuen.

Süßkartoffel-Pralinen (Penellets)

200 g Süßkartoffeln
200 g Pinienkerne
220 g gem. Mandeln
1 Eigelb
180 g Zucker
Schale von 1 Zitrone (unbehandelt)

Die Süßkartoffeln in einem Topf mit Wasser bedecken und mindestens 30 min kochen, bis sie weich sind.

Mit kaltem Wasser abschrecken und pellen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen

Ein Backblech mit Backpapier auslegen

Nach dem Abkühlen die Kartoffeln fein reiben oder durch die Kartoffelpresse drücken

Gemahlene Mandeln, Zucker und die Zitronenschale dazugeben und alles miteinander verkneten.

Eigelb in einem tiefen Teller mit einer Gabel leicht aufschlagen

Aus dem Süßkartoffelteig ca. 20 Kugeln (ca. 4 cm) formen, und anschließend in den Pinienkernen wälzen und leicht andrücken

Erst danach mit einem Backpinsel die Kugeln mit Eigelb benetzen.

Auf dem Backblech verteilen und ca. 5 - 7 min auf mittlerer Schiene backen.