



## Gebackene Süßkartoffel mit Topfen-Sauerrahmdip

---

Zutaten für 2 Personen:

2 Süßkartoffeln  
1 kleine Dose Kichererbsen  
100 g Topfen  
50 g Sauerrahm  
1 EL gehackte Kräuter, frisch (zum Beispiel Petersilie oder Schnittlauch)  
Paprikapulver, Salz, Pfeffer

Die Süßkartoffel wird ein paar Mal mit einer Gabel eingestochen und bei 200°C etwa 50 Minuten weich gegart.

In der Zwischenzeit werden die Kichererbsen in etwas Öl goldbraun angeröstet. Kurz vor Ende der Röstzeit noch mit Paprikapulver und etwas Salz abschmecken. Nochmals kurz rösten und zur Seite stellen. Der Topfen wird mit dem Sauerrahm glatt angerührt. Die Kräuter unterrühren und mit den Gewürzen geschmacklich abschmecken.

Sobald die Süßkartoffeln gar sind, nimmt man sie aus dem Backofen und schneidet jede Kartoffel der Länge nach auf. Mit dem Topfendipp füllen und mit den gerösteten Kichererbsen servieren.

Dazu passt grüner Salat.

