



Kartoffelstock

🕒 30 Min. 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

1 kg mehlig kochende Kartoffeln
Salzwasser, siedend

1¼ dl Milch
100 g Butter
wenig Muskatnuss
½ TL Salz
wenig Pfeffer

Portion (¼): 389 kcal, F 25 g, Kh 33 g, E 6 g

Tipps von unserem Redaktor Patrick Legenstein

Einfach genial, mit unserem neuen Kartoffelstock-Blitz brauchen Sie die Kartoffeln nicht einmal mehr zu schälen.

Wählen Sie nur mehlig kochende Kartoffelsorten, diese sind an ihrer blauen Verpackung zu erkennen.

Rühren Sie kalte Butter unter den Kartoffelstock, so wird er noch sämiger und schmeckt noch buttriger.

Kartoffelstock lässt sich übrigens auch vorbereiten. Geben Sie ihn in eine ofenfeste Form, und bedecken Sie ihn gut mit Alufolie. So lässt er sich im Ofen bei ca. 100 Grad rund 1 Stunde warm halten.

Wussten Sie, dass die Jahreszeit einen Einfluss auf den Kartoffelstock hat? Im Sommer haben Kartoffeln einen zu geringen Stärkegehalt, sodass der Stock dann gerne klebrig wird. Von Herbst bis Frühling hat der Kartoffelstock dann wieder Hochsaison.



1 Kartoffeln samt Schale in Stücke schneiden. Offen im siedenden Salzwasser ca. 20 Min. weich kochen. Wasser abgiessen.



2 Restfeuchtigkeit der Kartoffeln unter Hin- und-her-Bewegen der Pfanne auf der ausgeschalteten Platte verdampfen lassen.



3 Kartoffeln portionenweise durch den Kartoffelstock-Blitz treiben.



4 Milch heiss werden lassen, unter Rühren nach und nach begeben. Butter in Stücke schneiden, unter den Stock rühren, bis er die gewünschte Konsistenz hat. Muskatnuss darunterühren, würzen.