

## Süßkartoffel mit Multivitaminsaft

### Rezept-Info:

Personenzahl:	4 Stück
Menü:	Hauptgericht
Zubereitungszeit:	100 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	leicht

### Zutaten:

400 g	Süßkartoffeln	1	Vanilleschote
100 ml	Multivitaminsaft	1TL	Brauner Roh-Rohrzucker
2	Kaffirlimettenblätter	1	Vakuumierbeutel für Sous Vide

### Zubereitung:

Die Süßkartoffel schälen und längs halbieren. Die Vanilleschote längs aufschneiden. Süßkartoffelhälften, Saft, Limettenblätter, Vanilleschote und Zucker vakuumieren. Anschließend den Beutel bei 80 °C im Dampfgarer für 90 Minuten garen.

### Empfehlung:

Gegart und gerne auch noch warm zeigt sich die Süßkartoffel hier von der Besten Seite. Mit einer zartkernigen Struktur und vollem, dennoch dezentem Geschmack eignet sie sich bestens zur süßen Kombination mit Vanille oder Nusseis. Kurz und kräftig gerillt passt sie als exotischer Partner zu luftgetrockneten Fleisch- und Wurstwaren wie Coppa, Salami, Schinken und zu Steaks sowie gerne auch zu Fisch