

Cremiger Süßkartoffelstampf

Gesamtzeit **30 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit **20 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1.384 kJ / 331 kcal

Fett: **22,1 g** Eiweiß: **3,3 g**
Kohlenhydrate: **31,2 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

500 g	Süßkartoffeln, geschält
2 EL	<u>Kikkoman natürlich</u> <u>gebraute Sojasauce</u>
100 g	Butter
1	Orange, Abrieb
1 Prise	Muskatnuss

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Süßkartoffeln klein schneiden und im Wasser weichkochen. Abgießen und im Topf auf der noch heißen Platte abdämpfen.

Schritt 2

Mit Butter, Kikkoman Sojasauce, Orangenabrieb und geriebener Muskatnuss abschmecken.