FISCHSTÄBCHEN, KARTOFFEL-PÜREE, ERBSEN UND MÖHREN + SPEZIALNACHTISCH

REZEPT VON KLAAS HEUFER-UMLAUF

ZUBEREITUNG

Kartoffelbrei:

Die Kartoffeln schälen, in einen Topf geben und mit Salz und Wasser gar kochen. Sobald sich die Kartoffeln selbst ergeben und zu Püree werden, haben sie den perfekten Garpunkt erreicht. Die zerfallenen Kartoffeln abgießen und mit einem Kartoffelstampfer weiter zerkleinern. Mit Milch aufgießen und unter die Kartoffeln rühren bis sie eine fein cremige Konsistenz erreicht haben. Das Püree nach Belieben mit Butter verfeinern. Zuletzt mit Salz und geriebener Muskatnuss würzen.

Erbsen und Möhren:

Die tiefgekühlten Erbsen und Möhren mit etwas Wasser und Salz gar kochen – auch hier darauf achten, dass das Gemüse jeglichen Biss verliert. Der perfekte Garpunkt ist erreicht, wenn sich Erbsen und Möhren ohne Gewalt mit der Zunge am Gaumen zerdrücken lassen. Zuletzt das restliche Wasser abgießen und mit Butter, Salz und Pfeffer abschmecken.

Fischstäbchen:

Die Fischstäbchen in einer großen Pfanne in Pflanzenöl auf mittlerer Temperatur von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Für den Nachtisch:

Zartschmelzende Haferflocken in eine Schüssel geben. Mit einer Schicht Frosties bedecken und je nach Geschmack mit Kakaopulver bestreuen. Die Bowl mit heißer Milch bis zur Frosties-Schicht aufgießen. Nach Belieben bei Verzehr vermischen und erneut etwas kalte Milch hinzugeben. Hmm, lecker!

ZUTATEN

1	Packung Fischstäbchen
1	Packung Erbsen und
1	Packung Möhren (TK)
1 kg	Kartoffeln
	Butterschmalz
	Milch
	etwas Muskatnuss
	Salz
	Pfeffer

Nachtisch:

	Haferflocken zartschmelzend
	Frosties
	Kakaopulver
	Milch