

## Kartoffel-Blumenkohl-Stampf

### Zutaten (für 4 Personen):

- 6-8 Kartoffeln
- 1 kleiner Blumenkohl
- 2 Stangen Frühlingszwiebeln
- 2 EL Butter
- 1 Bund Petersilie
- 1 Prise Muskat
- Salz
- Pfeffer
- 50 g Semmelbrösel

Blumenkohl in Röschen schneiden und dabei die kleinen Blätter entfernen. Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Kochwasser erhitzen, salzen und Kartoffeln mit Blumenkohl weich kochen. Beides abtropfen lassen, mit einem Kartoffelstampfer zerkleinern und mit der Butter verrühren. Die Masse sollte eine grobe Struktur haben und nicht zu cremig sein.

Frühlingszwiebeln putzen, in feine Ringe schneiden und unter den Stampf geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Zum Schluss die Blätter von den Petersilienstängeln zupfen und unter den Stampf rühren. Kurz vor dem Servieren die Semmelbrösel in eine Pfanne geben und ohne Fett rösten, bis sie sich leicht färben. Den Stampf erst auf dem Teller mit den Bröseln bestreuen.

Sendung/Quelle: Sass: So isst der Norden

Letzter Sendetermin: 05.05.2019

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)