



zerstampfte

# Erdäpfel

mit Leinöl & Wildkräutern

# zerstampfte Erdäpfel

mit Leinöl & Wildkräutern



MAM

**Zutaten für 2 Erwachsene  
& 2 Kinder:**

400 g mehlig-e Erdäpfel

50 ml Milch (von der  
Kuh oder Ziege)

80 g Butter

Bio-Leinöl

Sieglindes Erdäpfel-  
gewürz

Die Erdäpfel gut waschen und ungeschält in ausreichend Wasser zugedeckt ca. 1 Stunde (je nach Größe auch kürzer) weichkochen. Das Wasser abgießen und die Erdäpfel noch kurz bei geschlossenem Deckel ziehen lassen.

Erdäpfel schälen und noch warm in einen geräumigen Topf geben. Milch und Butter dazugeben und alles gemeinsam am Herd erwärmen.

Die Erdäpfel mit einem Stampfer zerstampfen. Erst am Teller mit Leinöl beträufeln und mit Sieglindes Erdäpfelgewürz bestreuen.



Gastwirtschaft

Floh

Langenlebern

Rezept aus dem Buch von Josef Floh:  
„Der kleine Floh 2 – Rezepte für Kinder ab dem  
2. Lebensjahr und die ganze Familie“