**Süßkartoffel-Sticks**

**mit Aioli und Mojo Verde**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 kg Süßkartoffeln aus North Carolina

8 Stiele Thymian

4 Streifen Bio-Zitronenschale

2 EL Olivenöl

1. Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Süßkartoffeln schälen und längs in 0,5 cm dicke, gleichmäßige Stifte schneiden. Thymianblättchen von den Stielen zupfen.
2. Süßkartoffelstifte in einer großen Schüssel mit Thymian, Zitronenschale, Öl und Salz mischen. Alles gleichmäßig auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Süßkartoffeln im heißen Ofen auf der mittleren Schiene 15-18 Minuten hellbraun backen. Mit Aioli und Mojo verde sofort servieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 30 Minuten

**Nährwertangaben pro Portion:**

Energie: 121 kcal / 505 kJ

Eiweiß: 0 g

Fett: 12 g

Kohlenhydrate: 2 g

**Mojo Verde**

**Zutaten für 4 Personen:**

1 grüne Pfefferschote

½ Bio-Limette

8 Stiele Koriandergrün

6 Stiele glatte Petersilie

1 kleine Knoblauchzehe

4 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer, Zucker

1. Pfefferschote putzen und in feine Ringe schneiden. Limette mit einem Messer schälen und die weiße Haut vollständig entfernen. Limette in grobe Stücke schneiden. Koriander- und Petersilienblätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Knoblauch schälen und hacken.
2. Pfefferschote, Limette, Koriander, Petersilie, Knoblauch und Öl in einen Blitzhacker geben und fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen.

**Zubereitungszeit:** ca. 10 Minuten

**Nährwertangaben pro Portion:**

Energie: 121 kcal / 505 kJ

Eiweiß: 0 g

Fett: 12 g

Kohlenhydrate: 2 g

**Blitz Aioli**

**Zutaten für 4-8 Personen:**

1-2 Knoblauchzehe

100 ml H-Milch (3,5 % Fett, Zimmertemperatur)

½ TL Salz

200 ml neutrales Öl

Pfeffer

2 TL Zitronensaft

2 Stiele glatte Petersilie

1. Knoblauch grob hacken und zusammen mit der Milch in ein hohes, schmales Gefäß geben. Mit dem Pürierstab auf höchster Stufe pürieren. Das Öl in einem dünnen Strahl nach und nach zugießen, dabei den Pürierstab laufen lassen, bis eine cremige Aioli entsteht.
2. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Petersilienblätter hacken und untermischen.

**Zubereitungszeit:** ca. 10 Minuten

**Nährwertangaben pro Portion (bei 8):**

Energie: 230 kcal / 965 kJ

Eiweiß: 0 g

Fett: 25 g

Kohlenhydrate: 1 g