

Kastanienpüree

– Pankreasdiät –

250 g gekochte Kastanien
200 magerer (Ziegen)Frischkäse
200 ml Milch
frisch gemahlener Pfeffer
½ TL Paprika edelsüß
1 Messerspitze Quatre épice

Milch aufkochen, Kastanien einige Minuten mitköcheln, Käse einrühren, vorsichtig würzen und pürieren.

Als Beilage zu gebackenem Fisch oder Gemüse servieren.