



## Süßkartoffel-Toast süß und salzig

### Zutaten (für 2 Personen)

2 große Süßkartoffeln

#### Toppings für die süße Variante

Kokosjoghurt  
Saisonale Früchte, wie Beeren, Kirschen, Feige  
Frischkäse  
Honig  
Mandelmus  
Sonnenblumenkerne  
geraspelte Kokos

#### Toppings für die salzige Variante

Quinoa, gekocht  
Petersilie, gehackt  
Tahini  
Pesto oder zerdrückte Avocado  
Radieschen  
Kresse  
Olivenöl  
Salz  
Gurke  
Tomate  
Chili Flakes  
Rucola

### Zubereitung:

Den Ofen auf 180° C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Süßkartoffeln, der Länge nach in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf das belegte Backblech legen. 20 Minuten im Ofen backen und anschließend mit den verschiedenen Toppings belegen und servieren.