**Süßkartoffel-Bällchen mit Apfelmus-Dip**

**Zutaten für circa 24 Stück:**

500 g geschälte Süßkartoffeln aus North Carolina

100 g Mehl

1 gestrichener TL Salz

½ TL Zimt

Etwas Abrieb von 1 Bio-Zitrone

Paniermehl und/oder Grieß

Frittierfett oder Öl für die Pfanne

**Zubereitung:**

1. Die Süßkartoffel schälen, waschen, in kleine Stücke schneiden und mit Wasser bedeckt garen – bis sie zerfällt.
2. Wasser abschütten. Mit einem Stampfer fein zerdrücken und etwas abkühlen lassen.
3. Mehl und Zimt unterarbeiten und den Teig etwas anziehen lassen. Salz und Zitronenschale zum Teig geben und danach kleine Bällchen mit nassen Händen (Durchmesser circa 5 cm) formen und in dem Paniermehl wälzen. In einer hohen Pfanne von beiden Seiten in reichlich Fett ausbacken, bis sie goldbraun und knusprig sind.
4. Die Süßkartoffel-Puffer mit Apfelmus servieren.

**Zutaten für das Apfelmus:**

1 kg säuerliche, etwas mehlig kochende Äpfel (z.B. Boskoop oder Elstar)

125 ml Wasser

Saft von ½ Zitrone

1 Päckchen Vanillezucker oder etwas Zimt

nach Geschmack etwas Ahornsirup

**Zubereitung:**

1. Die Äpfel waschen, schälen, vierteln und entkernen.
2. In einem großen Topf mit Wasser und Zitronensaft weichkochen lassen.
3. Sobald die Äpfel zerfallen, können sie mit einem Pürierstab oder Stampfer weiter zu Mus verarbeitet werden.
4. Mit Vanillezucker, Zimt und Ahornsirup abschmecken.

**Zubereitungszeit:** 40 Minuten

**Nährwertangaben pro Portion (bei 4 Portionen):**

Energie: 379 kcal

Eiweiß: 6,1 g, Fett: 11,3 g

Kohlenhydrate: 65,1 g