



www.LAISEACKER.de

Topinambur Pfanne

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (2 Personen):

300g Topinambur, 150g Champignons, 1 Rote Zwiebel, 100g Räuchertofu, 150g Flowersprouts, 2 EL Sojasauce, 2 EL Balsamico Essig, 2 EL Sauerrahm zum garnieren (z.B. Soyanda), Pfeffer, Paprikagewürz, Muskat

Zubereitung:

1. Topinamburen Schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel Schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Champignons waschen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Flowersprouts waschen und ggf. vom Stunk befreien.
2. In einer Pfanne mit etwas Öl die Topinamburscheiben anbraten. Nach und nach restliches Gemüse hinzugeben. Erst zum Schluss die Flowersprouts hinzugeben.
3. Das Gemüse mit Sojasauce und Balsamico Essig ablöschen und mit Paprikapulver, Muskat und Pfeffer garnieren. Nach Belieben gerne Schärfe oder frischen Knoblauch hinzugeben. Das Bratgemüse mit frischem Schnittlauch und Sauerrahm garnieren.

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf
www.laiseacker.de.
Guten Appetit

