www.LAISEACKER®.de

Grünkohl-Curry-Topf

Rezepte vom LAISEACKER

Zutatenliste (4 Portionen):

300 g Grünkohl, 5 mehlige Kartoffeln, 1 kleine Steckrübe, 1 Zwiebel 3 Knoblauchzehen, 1 Tube Curry-Paste, 200 ml Sojasahne oder Kokosmilch, 1 l Wasser, 1 bisschen Fett zum Braten

Zubereitung:

1. Butter oder Öl in einem Topf erhitzen. Steckrübe schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Steckrübe in der braun gewordenen Butter abschwenken. Währenddessen die Zwiebel in Streifen schneiden und zur Steckrübe geben. Das Gemüse leicht anbraten. Den Grünkohl waschen und die Blätter portionsgerecht vom Stiel abzupfen und zum Gemüse in den Topf geben. Den Grünkohl darin andünsten. Die Currypaste und etwas Wasser dazugeben und alles gut vermischen.
2. Wasser in einem Wasserkochen abkochen und zum Topf geben. Wenn nötig, mit etwas Gemüsebrühe abschmecken Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Kartoffeln bei mittlerer Hitze im Grünkohltopf kochen bis sie gar sind.Kurz vor dem Servieren die Sojasahne hinzugeben und alles nochmals gut verrühren

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

www.LAISEACKER®.de