



Eintopf mit verschiedenem Gemüse

1 Zwiebel	und
2 Knoblauchzehen	schälen, sehr fein hacken.
100 g Möhren	schälen und in dünne Scheiben schneiden.
100 g Knollensellerie	putzen, schälen und fein würfeln.
200 g Wirsing	putzen, waschen und in Streifen schneiden.
100 g Zucchini	putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.
100 g Champignons	ebenfalls putzen und in dünne Scheiben schneiden.
1 Bund Basilikum (20 g)	,
½ Bund Petersilie (10 g)	und
2 Zweige Oregano	waschen, trocken schütteln und fein hacken.
2 Tomaten	waschen, halbieren, Strunk entfernen und klein würfeln.
1 EL Olivenöl	in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch andünsten, mit
1 l Gemüsebrühe	ablöschen und
1 Lorbeerblatt	dazugeben. Das gesamte Gemüse hinzugeben und zugedeckt bissfest
	garen.
50 g Parmesan	reiben. Vor dem Servieren den Eintopf mit
Salz und Pfeffer	würzen, mit Kräutern und Parmesan bestreuen.

Dazu passt Ciabattabrot oder Baguette.

Biolandhof Avena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

info@biolandhof-avena.de

www.biolandhof-avena.de