

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn
04920 / 318

info@biolandhof-agena.de
www.biolandhof-agena.de



Kohlrabi-Möhren-Gemüsepfanne

500 g Möhren
2 Kohlrabi
1 l Gemüsebrühe

1 große Zwiebel
etwas Petersilie
etwas Liebstöckel

3 EL Butter

2 EL Mehl

200 g Sahne
Salz und Pfeffer
Zucker und Muskat

und
schälen. In mundgerechte Würfel schneiden.
aufkochen und zuerst die Möhrenwürfel 10 Minuten darin
köcheln lassen, danach die Kohlrabi zugeben und weitere 10
Minuten köcheln lassen.
schälen und fein würfeln.
und
waschen und fein hacken. Dann das Gemüse
abgießen, dabei die Brühe auffangen.
in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebelwürfel darin glasig
dünsten. Mit
bestäuben und unter Rühren eine Mehlschwitze
zubereiten, die Herdplatte auf kleinste Flamme stellen. Dann
300 ml der Gemüsebrühe langsam unter Rühren zugeben und
einköcheln lassen.
hinzufügen. Mit den gehackten Kräutern und
sowie
abschmecken. Dann die Gemüsewürfel hinzugeben und
nochmal 10 Minuten ziehen lassen.
Passt gut zu Spätzle, Gnocchi oder Kartoffeln.