



„Kohl-Dampf“ mit Sahnesößchen

2 Portionen

1	Blumenkohl oder Romanesco
300 g	Rosenkohl
4	Kartoffeln
1 EL	Butter oder Margarine
1 Tasse	Brühe
1/2 Becher	Sahne
1/2	Zitrone
	Salz, Pfeffer

4 Portionen

2	
500 g	
8	
2 EL	
2 Tassen	
1	
1	

Das sollten Sie zuhause haben:
Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Butter

Tipp:

Gut schmeckt das Sößchen auch mit
etwas Ingwer, Curry (ruhig mitbraten
lassen), Sojasauce, Knoblauch und
Kokosmilch statt Sahne.

Zubereitung

Den Blumenkohl in Röschen teilen und waschen, Rosenkohl säubern und schälen, große Röschen ggf. halbieren, Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Alles zusammen in eine große beschichtete Wok-Pfanne geben und mit dem Fett bei milder Hitze unter häufigem Wenden andünsten. Peu a peu die Brühe zugeben und ca. 15 Min. garen lassen, bis Kohl und Kartoffeln gar sind.

Etwas Schale der Zitrone abreiben und mit etwas Zitronensaft an die Mischung geben. Sahne angießen und mit Salz & Pfeffer würzen, ggf. noch etwas Zitronensaft dazu geben.

Kurz aufkochen lassen und servieren