

Rezept

Grünkohl-Kürbis Pfanne

Zutaten für ca. 3 Portionen: Arbeitszeit: ca. 35 min

- 600g Grünkohl
- 1 Hokkaido
- 1 große Zwiebel
- 3-4 Möhren
- 1 Knoblauchzehe
- 5-6 Kartoffeln
- Salz und Pfeffer
- 200g Kirschtomaten
- 800ml Gemüsebrühe
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Butter
- gehackte Walnüsse

Den Grünkohl waschen, vom Strunk befreien und in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Die Zwiebel putzen und fein hacken, den Kürbis waschen, entkernen und ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden. Die Möhren waschen, putzen und schneiden. Die Kartoffeln schälen, halbieren oder vierteln (je nach Größe) und in dünne Scheiben schneiden.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Zwiebel glasig anschwitzen. Die Kartoffelscheiben mit den Möhrenstückchen und den Kürbishappen zugeben, mit Salz würzen, goldbraun anbraten. Zeitgleich kann in einem Topf ebenfalls etwas Öl erhitzt werden. Hier den Grünkohl kurz anbraten. Mit Brühe aufgießen und für ca. 30-35 Minuten köcheln lassen.

Wenn der Kohl gar ist, abgießen und mit in die Pfanne geben. Alles erneut abschmecken, den Knoblauch einpressen und mit gewaschenen Tomaten etwas aufpeppen. Abschließend die angerösteten Walnusskerne zugeben und servieren.

[Zurück](#)