



Rezept der Woche

Rosenkohl-Pastinaken-Pfanne

Pur oder mit Ofenkartoffeln genießen.

Zutaten für 4 Portionen:

- 3 EL Butter
- 3 EL Olivenöl
- 3 kleine rote Zwiebeln
- 450 g Rosenkohl
- 450 g Pastinaken
- 2 Knobizehen
- 1 TL gerebbelter Thymian
- 2 TL Zitronensaft
- 1 TL Salz
- Muskatnuss frisch gerieben
- 180 ml Gemüsebrühe

Zwiebeln und Knoblauch schälen. Knoblauch fein hacken, Zwiebeln vierteln. Den Rosenkohl putzen und halbieren. Pastinaken schälen und in ca. 3 cm dicke Stifte schneiden.

In einer Pfanne 1 EL Butter und 1 EL Olivenöl erhitzen. Die Zwiebeln etwa 5 Minuten anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

1 EL Olivenöl in der Pfanne erhitzen, den Rosenkohl etwa 1 Minuten anbraten. Mit 1/4 TL Salz bestreuen und mit Deckel etwa 5 Minuten bissfest garen. Dann aus der Pfanne nehmen.

Je 1 EL Butter und Olivenöl in der Pfanne erhitzen, Pastinaken 2 Minuten braten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und Honig, Knoblauch, Thymian, Zitronensaft und die restliche Butter einrühren. Abgedeckt etwa 5 Minuten köcheln lassen, bis die Pastinaken weich sind. Dann Rosenkohl und Zwiebeln dazugeben und erhitzen, mit Salz und Muskat abschmecken und servieren.