

Heute ess ich

Beitrag von „Kiggie“ vom 22. Februar 2020 20:20

Grünkohl mal anders:

1 Zwiebel, klein schneiden und in Öl anschwitzen

gewaschenen und klein gerupften/geschnittenen frischen Grünkohl dazu (waren bei mir circa 2 Handvoll ...)

Etwas andünsten und dann mit circa 1 Tasse Gemüsebrühe ablöschen

Köcheln lassen nach Lust und Laune.

Weitere Gewürze: 1 TL Kreuzkümmel, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer

1 EL Erdnussbutter und 2 EL geröstete, gesalzene Erdnüsse dazu

Dazu passen Kartoffeln oder auch Nichts. Schöne Abwechslung zum "Standard"-Grünkohl mit Kartoffeln und Pinkel.