

Tel . 07223 / 806 22 30  
Fax. 07223 / 806 22 55  
email:info@deckersbiohof.de  
www.deckersbiohof.de



3 Kohlrabi  
700 g Kartoffeln  
2 Zwiebeln  
40 g Butter  
20 g Mehl  
750 ml Gemüsebrühe  
Kräutersalz  
Pfeffer  
Muskatnuss  
1 Becher Crème fraîche (ersatzweise Schmand)  
2 Eigelb  
1 EL gehackte Petersilie

## Rezepte für KW 20-44

### Kohlrabi-Kartoffel-Eintopf

Kohlrabi putzen, waschen und in Würfel schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und ebenfalls würfeln. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf schmelzen lassen, das Gemüse rundum darin andünsten. Mehl darüber streuen, unter Rühren mit Brühe ablöschen. Zugedeckt 15 Min. garen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Crème fraîche mit Eigelb verrühren und die Suppe damit legieren (nicht mehr kochen lassen). Mit Petersilie bestreut servieren.  
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Originalrezept aus der Greenbag-Küche



ca. 500 g Pastinaken  
1 Kartoffel  
700 ml Gemüsebrühe  
1 rote Zwiebel  
1 EL Rapsöl  
Kräutersalz  
1 TL gemahlener Kümmel  
50 ml Sahne

### Pastinakensuppe mit Röstzwiebeln

Dazu schmeckt ein kräftiges Brot: (Art.-Nr. 463089 Saftkornbrot 1 kg oder Art.-Nr. 43018 Nuss-Mandelbrot 750 g)

Die Pastinaken und die Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. Mit der Brühe zum Kochen bringen und zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze in etwa 15 Min. weich kochen. Inzwischen die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelstreifen darin bei schwacher Hitze in etwa 10 Min. weich garen. Mit Salz und Kümmel würzen und die Hitze etwas höher schalten. Noch 2-3 Min. weiter braten, bis die Zwiebeln goldbraun sind. Die Suppe im Topf pürieren und mit der Sahne mischen. Mit Salz abschmecken. Die Suppe in Teller verteilen, mit Zwiebeln garnieren. Heiß servieren.