



180 g Champignons  
ca. 400 g Möhren  
ca. 200 g Kartoffeln  
1 EL Butter  
150 ml Gemüsebrühe ½ TL Rohrohrzucker  
Kräutersalz  
1 Prise Muskatnuss  
30 g Butter  
150 ml Sahne  
gehackte Petersilie  
Zitronensaft  
Pfeffer



750 g Rote Bete  
2 EL Olivenöl  
300 ml Wasser  
Meersalz  
Rosmarinpulver  
etwas Pfeffer  
2 EL Olivenöl  
2 Zwiebeln, in Scheiben  
5 EL geriebener Parmesan

## Rezept für KW 18-39

### Möhren-Kartoffel- Gemüse mit Champignons

Champignons abbürsten und in Scheiben schneiden. Möhren und Kartoffeln schälen, ebenfalls in feine Scheiben schneiden. 1 EL Butter in einem weiten Topf erhitzen, Möhren und Kartoffeln hineingeben, kurz andünsten und dann so viel Gemüsebrühe angießen, dass das Gemüse bedeckt ist. Rohrohrzucker, etwas Kräutersalz und Muskatnuss hinzufügen und bei offenem Topf garen, bis die Gemüsebrühe zu einer cremigen Sauce eingekocht ist. Währenddessen die Pilze in Butter anbraten, Sahne hinzufügen und einkochen, dann zusammen mit der Petersilie zu den Möhren und Kartoffeln in den Topf geben. Vorsichtig umrühren, bis sich die Saucen gut vermischt haben. Nochmals mit Kräutersalz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

### Rote-Bete-Gratin

Die Roten Beten schälen und in fingerbreite Würfel schneiden. Die Rote Beten im Olivenöl andünsten, mit dem Wasser ablöschen, aufkochen. würzen. Bei geringer Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Die Zwiebeln im Olivenöl andünsten. Die Roten Beten und die Kochflüssigkeit in eine gebutterte Gratinform füllen. Die Zwiebeln darauf verteilen. Mit dem Parmesan bestreuen. Das Gratin auf mittlerem Einschub 15 Minuten überbacken.