



1 Zwiebel
1 EL Butter
2-3 Kartoffeln
2-3 Möhren
1 Kohlrabi
Kräutersalz
Thymian
100 g Crème fraîche
2 EL Würz-Hefeflocken

Rezept für KW 17-09

Kohlrabi-Möhren-Pfanne

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten.
Die Zwiebel schälen, fein hacken und in der Butter andünsten. Die Kartoffeln und Möhren schälen und fein würfeln und in der geschlossenen Pfanne bei schwacher Hitze ca. 5 Min. schmoren lassen. Den Kohlrabi schälen, würfeln und dazugeben, mit Kräutersalz und reichlich Thymian würzen und in der offenen Pfanne weitere 15 Min. schmoren lassen. Crème fraîche dazugeben und einkochen lassen. Mit Würz-Hefeflocken bestreuen.



1-2 Chicoree
½ Paprika (gelb oder rot)
2 El getrocknete Tomaten
200 g Hüttenkäse
50 g Frischkäse
etwas Salz, Pfeffer

Chicoree mit Hüttenkäse-Dip

Den Chicoree in einzelne Blätter zerlegen, waschen und abtropfen lassen. Die Paprika putzen und waschen. Paprika und getrocknete Tomaten in sehr kleine Stücke schneiden. Alles miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Chicoree zum Dip reichen.
Tipp: Der Hüttenkäse schmeckt auch lecker auf Gurkenscheiben, Tomaten oder Brot