

Rezept

# Grünkohl in Senfsahne

Ein Rezept von Grünkohl in Senfsahne, am 23.04.2024

## Zutaten

<b>1 kg</b> frischer Grünkohl (ca. 500 g geputzt)	Salz
<b>1</b> Zwiebel	<b>2 EL</b> Butter
<b>125 ml</b> Fleischbrühe	<b>200 g</b> Sahne
Pfeffer	<b>2 EL</b> körniger Senf
<b>1-2 EL</b> heller Saucenbinder	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min  
**Pro Portion** Ca. 270 kcal

## Zubereitung

1. Den Grünkohl putzen, den Strunk entfernen, die Blätter von den harten Blattrippen befreien, gut waschen, abtropfen lassen und grob hacken.

---

2. Reichlich Salzwasser aufkochen und den Grünkohl darin bei starker Hitze 3 Min. offen kochen lassen. Abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen und fein hacken.

---

3. Die Butter in einem breiten Topf zerlassen, Zwiebel glasig dünsten. Den Grünkohl 2 Min. mitdünsten. Brühe und Sahne einrühren und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 Min. dünsten.

---

4. Den Grünkohl mit Salz und Pfeffer abschmecken, Senf und Saucenbinder unterrühren.