Rezept

Kartoffeln mit Kohlrabi und Huhn

Ein Rezept von Kartoffeln mit Kohlrabi und Huhn, am 29.04.2024

Zutaten

- **300 g** Kartoffeln
- **2** Möhren
- **1 EL** Rapsöl
- **1** mittelgroße Kohlrabiknolle
- **150 g** Hühnerbrust

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Baby und 1 Erwachsenen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

Zubereitung

1. Kartoffeln, Kohlrabi und Möhren putzen, waschen, schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

2. Das Hühnerfleisch unter fließendem Wasser abspülen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in 1 cm große Stücke schneiden.

3. Das Öl in einem Topf erhitzen. Gemüse und Fleisch darin unter Rühren 2-3 Min. sanft anbraten. Mit ½ l Wasser ablöschen, aufkochen lassen und zugedeckt bei schwacher Hitze 20-25 Min. kochen, bis das Gemüse weich und das Fleisch gar ist. Dabei ab und zu umrühren.