

Rezept

Brokkoli mit Bröseln

Ein Rezept von Brokkoli mit Bröseln, am 28.06.2026

Zutaten

1 kg Brokkoli

125 g Butter

Salz

50 g Weißbrot- oder Semmelbrösel (am besten vom Bäcker oder selbst gemacht)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Die Zutaten abwiegen und bereitstellen.

2. Zuerst trockene Enden von den Brokkolistielen abschneiden, danach die Stiele von den Köpfen schneiden. Brokkolistiele schälen, entweder mit dem Sparschäler oder mit einem kleinen Messer. Das geht oft besser, vor allem an den Stielverzweigungen lässt sich die Schale der Brokkolistiele mit dem Messer schön abziehen.

3. Brokkolistiele in 1-2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Brokkoliköpfe in größere Röschen teilen, sodass jedes Röschen noch einen knapp 1 cm dicken eigenen Stielansatz hat.

4. In einem Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen, salzen. Den Brokkoli darin je nach Größe der Röschen in 4-6 Min. bissfest kochen.

5. Währenddessen Butter in einer Pfanne erhitzen, darin die Brösel unter ständigem Rühren goldbraun rösten – anders als für süße Knödel für die die Brösel am Ende trocken und streufähig sein sollen, müssen die Brösel für Brokkoli oder Kohlrabi sich in der flüssigen Butter verteilen.

6. Brokkoli in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und in einer Schüssel anrichten, mit Bröselbutter servieren