

Rezept

Brokkolipfanne mit Walnüssen

Ein Rezept von Brokkolipfanne mit Walnüssen, am 09.06.2026

Zutaten

1 Brokkoli (ca. 400 g)	Salz
1 große festkochende Kartoffel (ca. 50 g)	2 EL neutrales Öl
2 EL Crème fraîche	Pfeffer
Muskatnuss, frisch gerieben	40 g Walnusskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Den Brokkoli waschen, putzen, in Röschen teilen und diese je nach Größe längs halbieren oder vierteln. Den Stiel schälen und 1 cm groß würfeln. Den Brokkoli in kochendem Salzwasser 4-5 Min. garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Die Kartoffel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffelwürfel darin bei mittlerer Hitze 4-5 Min. offen braten, regelmäßig wenden. Crème fraîche und Brokkoli untermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und 3-4 Min. zugedeckt schmoren.
3. Die Walnüsse grob hacken. Die Brokkolipfanne vor dem Servieren damit bestreuen.