

Rezept

Gemüse-Gröstl

Ein Rezept von Gemüse-Gröstl, am 11.05.2026

Zutaten

| | |
|---|---|
| 500 g kleine Kartoffeln (gegart und geschält; Kühlregal) oder kleine Pellkartoffeln vom Vortag | 2 kleine rote Zwiebeln |
| 2 EL Olivenöl | 200 g Baby-Karotten (geputzt; Kühlregal) |
| Pfeffer | 100 g Zuckerschoten |
| 1 EL Kürbiskerne | Salz |
| | 2 TL Kürbiskernöl |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 385 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln in dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Die Karotten abbrausen und längs halbieren. Die Zuckerschoten waschen und schräg halbieren.

2. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Kartoffelscheiben, Möhren und Zwiebelringe darin bei mittlerer Hitze 5 Min. anbraten. Die Zuckerschoten unter Wenden 5 Min. mitbraten. Dann das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Das Gröstl in vorgewärmten Tellern anrichten. mit dem Kürbiskernöl beträufeln, mit den Kürbiskernen bestreuen und servieren.