

Rezept

Geschmortes Safrangemüse mit Röstkartoffeln

Ein Rezept von Geschmortes Safrangemüse mit Röstkartoffeln, am 24.06.2026

Zutaten

10 kleine festkochende Kartoffeln	1 Fenchelknolle
1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote
1 Bund Estragon	2 EL Olivenöl
1 Msp. Safranfäden	1 Lorbeerblatt
Meersalz	Pfeffer
1 Chicorée	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Darin die Kartoffeln in der Schale in ca. 20 Min. gar kochen, dann abgießen und auskühlen lassen.
2. Während die Kartoffeln kochen, die Fenchelknolle waschen, putzen und halbieren. Den harten Strunk entfernen und dann den Fenchel inklusive dem Grün fein schneiden. Die Paprika waschen, halbieren, von Stiel und Samen befreien und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Den Estragon waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken.
3. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und Fenchel und Paprika darin leicht anschwitzen. Ca. 100 ml Wasser und den Safran, sowie das Lorbeerblatt und den Estragon dazugeben und alles ca. 10 Min. schmoren lassen.
4. Inzwischen die Kartoffeln pellen und vierteln, dann in einer zweiten Pfanne in 1 EL Olivenöl knusprig anbraten, dabei leicht salzen und pfeffern.
5. Den Chicorée waschen und in einzelne Blätter zerlegen (den Strunk wegwerfen). Die Chicoréeblätter zum Fenchelgemüse geben. Das Gemüse mit den Röstkartoffeln servieren.