

Rezept

Grünkohl in Senfsahne

Ein Rezept von Grünkohl in Senfsahne, am 17.06.2024

Zutaten

1 kg frischer Grünkohl (ca. 500 g geputzt)	Salz
1 Zwiebel	2 EL Butter
125 ml Fleischbrühe	200 g Sahne
Pfeffer	2 EL körniger Senf
1-2 EL heller Saucenbinder	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
Pro Portion Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Den Grünkohl putzen, den Strunk entfernen, die Blätter von den harten Blattrippen befreien, gut waschen, abtropfen lassen und grob hacken.
2. Reichlich Salzwasser aufkochen und den Grünkohl darin bei starker Hitze 3 Min. offen kochen lassen. Abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen und fein hacken.
3. Die Butter in einem breiten Topf zerlassen, Zwiebel glasig dünsten. Den Grünkohl 2 Min. mitdünsten. Brühe und Sahne einrühren und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 Min. dünsten.
4. Den Grünkohl mit Salz und Pfeffer abschmecken, Senf und Saucenbinder unterrühren.