Rezept

Grünkohltopf mit Mandeln

Ein Rezept von Grünkohltopf mit Mandeln, am 19.05.2025

Zutaten

500 g	TK-Grünkohl (gehackt)
150 g	Champignons
100 g	Sahne
200 ml	Gemüsebrühe
	Pfeffer
300 g	festkochende Kartoffeln
1	rote Zwiebel
60 g	Rauchmandeln (geröstet und gesalzen)
2 EL	Rapsöl
	Salz
1 TL	mildes Currypulver
ca. 2 TL	mittelscharfer Senf

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 635 kcal, 47 g F, 19 g EW, 29 g KH

Zubereitung

1. Grünkohl ca. 10 Min. antauen lassen. Zwiebel schälen und klein würfeln. Champignons putzen und mit einem feuchten Tuch abreiben. 100 g Champignons grob schneiden, mit 30 g Mandeln und Sahne fein pürieren. Übrige Pilze (50 g) in dicke Scheiben schneiden und in einem Topf (ca. 20 cm Ø) in 1 EL Öl unter Rühren bei großer Hitze 2-3 Min. kräftig anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.

2. Übriges Öl (1 EL) im Topf erhitzen und Zwiebel darin 1-2 Min. anbraten. Grünkohl, Champignonpüree und Brühe dazugeben und alles aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Min. köcheln lassen. Inzwischen Kartoffeln schälen, waschen und ca. 1,5 cm groß würfeln. Kartoffeln unter den Grünkohl rühren. Zugedeckt 35-40 Min. weitergaren, dabei ab und zu umrühren. Falls es zu dickflüssig wird, esslöffelweise Wasser dazugeben. Senf unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gebratene Pilze und übrige Mandeln (30 g) daraufgeben.