

## Rezept

# Kohlrabi-Kartoffel-Gratin für Zwei

Ein Rezept von Kohlrabi-Kartoffel-Gratin für Zwei, am 10.06.2026

## Zutaten

<b>600 g</b> Kohlrabi	<b>200 g</b> fest kochende Kartoffeln
<b>1 EL</b> gehackte Petersilie	Salz
Pfeffer	1/2 TL Öl
<b>100 ml</b> Sojasahne (z.B. Sojacuisine oder Soja dream)	<b>250 ml</b> fettarme Milch (1,5 % Fett)
<b>1</b> Pr. frisch geriebene Muskatnuss	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min  
**Pro Portion** Ca. 280 kcal

## Zubereitung

1. Den Kohlrabi und die Kartoffeln schälen und putzen. Zartes Kohlrabigrün beiseite legen. Kohlrabi vierteln. Kohlrabiviertel und Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden (am besten mit dem Gemüsehobel). Kohlrabi, Kartoffeln und Petersilie miteinander vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine flache feuerfeste Form mit dem Öl auspinseln. Kohlrabi-Kartoffel-Mischung in die Form füllen. Die Oberfläche glatt streichen. Die Sojasahne mit der Milch verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen. Dann gleichmäßig über das Gemüse gießen.
3. Das Gemüse im Ofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 35 Min. goldgelb überbacken. Mit gehacktem Kohlrabigrün bestreut servieren.