

Rezept

Lauch-Kartoffel-Gemüse

Ein Rezept von Lauch-Kartoffel-Gemüse, am 12.06.2026

Zutaten

2 Stangen Lauch, ca. 500 g	560 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
1 Zwiebel	1 TL Olivenöl
¼ l Gemüsebrühe	2 Eier
3 Stängel Majoran	3 Stängel glatte Petersilie
100 g Frischkäse, fettreduziert	Salz, Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Den Lauch putzen, längs halbieren und waschen, in 3 cm lange Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen und mittelgroß würfeln. Die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden.
2. In einem Topf das Öl mittelstark erhitzen und das Gemüse darin unter Rühren 1-2 Min. anbraten. Die Brühe zugießen und alles zugedeckt 15 Min. garen, gelegentlich umrühren.
3. Inzwischen die Eier in 5 Min. wachweich kochen. Majoran und Petersilie waschen, Blättchen hacken und unter den Eintopf mischen. Den Frischkäse untermischen und das Gericht mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskat würzen. Die Eier schälen.
4. Das Lauch-Kartoffel-Gemüse auf zwei tiefe Teller verteilen. Die Eier halbieren und auf das Gemüse setzen.