Rezept

Mangold mit Rosinen und Mandeln

Ein Rezept von Mangold mit Rosinen und Mandeln, am 24.05.2025

Zutaten

700 g	Mangoldblätter
2 Scheiben	Toastbrot
6 EL	Olivenöl
50 g	Rosinen
	Pfeffer
	Salz
2	Knoblauchzehen
100 g	fein geriebene Mandeln
1 Döschen	Safranfäden (0,1 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

Zubereitung

1. Den Mangold waschen und grob hacken. In kochendem Salzwasser ca. 3 Min. blanchieren, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.

2. Das Toastbrot entrinden und in kleine Stücke zupfen. Den Knoblauch schälen. Die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen, die Mandeln darin anrösten und wieder herausnehmen. Das Brot ebenfalls kurz anrösten, den Knoblauch darüber pressen. Brot ebenfalls aus der Pfanne nehmen.

3. Den Mangold mit den Rosinen im übrigen Öl bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. braten. Den Safran zerreiben und in wenig warmem Wasser verrühren. Mit den Mandeln und dem Brot zum Mangold geben und erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.