

Rezept

Minze-Erbesen

Ein Rezept von Minze-Erbesen, am 18.06.2026

Zutaten

1 kleiner Romanasalat	2 EL Butter
450 g tiefgekühlte Erbsen	50 ml Gemüsefond
1 EL Zitronensaft	Salz
1 Prise Zucker	4 Zweige Minze

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 130 kcal

Zubereitung

1. Salat putzen, waschen, trockenschleudern und in Streifen schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen, die Salatstreifen darin kurz andünsten. Die Erbsen hinzufügen, mit dem Fond und dem Zitronensaft mischen und mit Salz und Zucker abschmecken. Das Gemüse zugedeckt bei schwacher Hitze in 8-10 Min. bissfest dünsten.
2. Die Minze waschen und trockenschütteln. Die Blättchen fein hacken. Unter das Gemüse mischen. Erbsen nochmals abschmecken.