

Rezept

Schnelles Kartoffel-Brokkoli-Püree

Ein Rezept von Schnelles Kartoffel-Brokkoli-Püree, am 28.06.2026

Zutaten

800 g mehligkochende Kartoffeln	Salz
500 g Brokkoli	3 Frühlingszwiebeln
1 EL Rapsöl	125 g Sahne
Salz	Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 250 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen, 1 cm groß würfeln und in Salzwasser 15 Min. kochen. Inzwischen den Brokkoli waschen, putzen und klein schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und das Weiße und Hellgrüne getrennt fein schneiden.

2. Das Öl erhitzen, den Brokkoli und das Weiße der Frühlingszwiebeln 3 Min. andünsten. Sahne zugießen und bei milder Hitze zugedeckt 5 Min. kochen lassen. Kartoffeln abgießen, heiß durch die Kartoffelpresse drücken. Mit dem Brokkoli und dem Grün der Frühlingszwiebeln vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Dazu schmecken Spiegeleier.