

Rezept

Schnüsch – Norddeutscher Gemüseeintopf

Ein Rezept von Schnüsch – Norddeutscher Gemüseeintopf, am 28.06.2026

Zutaten

75 g Butter	40 g Mehl
800 g vorwiegend festkochende Kartoffeln	6 zarte Bundmöhren (ca. 350 g)
2 Kohlrabi	4 Frühlingszwiebeln
200 ml Milch	100 g Sahne
Salz	Pfeffer
100 g TK-Erbsen	2 EL gehackte Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal, 26 g F, 11 g EW, 45 g KH

Zubereitung

1. 50 g Butter und das Mehl glatt verkneten, zu 4 Kugeln formen und einfrieren. Kartoffeln, Möhren und Kohlrabi schälen, waschen, in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Das Gemüse in Salzwasser ca. 12 Min. garen. Abgießen, dabei 500 ml Flüssigkeit auffangen.
2. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. Hellen Teil in übriger Butter in einem weiten Topf andünsten. Aufgefangene Flüssigkeit, Milch und Sahne zugeben und aufkochen. Mehl-Butter-Kugeln einzeln mit dem Schneebesen unterrühren. Ca. 5 Min. köcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffel-Gemüse-Mix und Erbsen dazugeben, weitere 5 Min. köcheln. Mit Petersilie und Frühlingszwiebelgrün bestreuen.