

Jacqueline Amirfallah
Kartoffel-Rosenkohleintopf mit Maronen

Mittwoch, 29. November 2023
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Heimatküche, Vegetarisch

Zutaten:

12	frische Maronen (Esskastanien)
600 g	Kartoffeln, fest kochend
etwas	Salz
500 g	Rosenkohl
1	Zwiebel
150 g	Steinchampignons
80 g	vorgekochte und geschälte Maronen
4 EL	Butter
etwas	Kreuzkümmel
1,25 l	Gemüsebrühe
350 g	Sahne
etwas	Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

1. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Die frischen Maronen in Schale an der flachen Seite mit einem spitzen Messer leicht einritzen. Maronen und etwas Wasser in eine flache Auflaufform geben. Im heißen Backofen etwa 10 Minuten rösten.
3. Maronen aus dem Backofen nehmen, etwas abkühlen lassen. Dann die Maronen schälen. Tipp: Wer es eilig hat, kann auch vorgekochte und geschälte Maronen in einer Pfanne kurz anrösten.
4. Die Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. Kartoffeln, in einen Topf geben und mit leicht gesalzenem Wasser bedeckt aufkochen und ca. 10 Minuten bissfest kochen.
5. Rosenkohl waschen, putzen und vierteln.
6. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
7. Die Pilze putzen und klein schneiden.
8. Die vorgekochten Maronen ebenfalls klein schneiden.
9. In einem Topf die Hälfte der Butter erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Die geschnittenen Maronen und Pilze, zugeben und mit anschwitzen. Mit einer Prise Kreuzkümmel und Salz würzen und mit Gemüsebrühe und Sahne ablöschen, die Flüssigkeit aufkochen. Dann ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen.
10. In einer Pfanne restliche Butter erhitzen und Rosenkohl darin ca. 8 Minuten bissfest braten.
11. Die gekochten Kartoffelwürfel abgießen und abtropfen lassen.
12. Maronen aus dem Backofen grob zerkleinern.
13. Die Pilz-Maronensuppe mit einem Mixstab fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
14. Kartoffeln, Rosenkohl und Maronen unter die Suppe mischen und servieren.

Pro Portion: 750 kcal/ 3150 kJ
61 g Kohlenhydrate, 12 g Eiweiß, 51 g Fett