

Arabischer Gemüsetopf

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Beilagen, Blumenkohl, Brechbohne, Brokkoli, Gemüse

4	Frühlingszwiebeln	250 g	Kohlrabi
30 g	Butter	250 g	Brechbohnen
1	Essl. geschälter Sesam	1/4 Liter	Gemüsebrühe
1	Teel. fein gehackten Ingwer		Salz
1/2	Teel. gemahlener Anis		Pfeffer
250 g	Blumenkohl	1/2 Bund	Koriander
250 g	Brokkoli		

Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Butter erhitzen, Zwiebeln mit Sesam, Ingwer und Anis darin andünsten.

Blumenkohl und Brokkoli in Röschen teilen. Kohlrabi in Stifte, Bohnen in Stücke schneiden.

Gemüse zu den Zwiebeln geben, Brühe angießen und 20 Minuten dünsten.

Gemüsetopf mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Koriander fein hacken und darüberstreuen.