

Weißkohlflecken



Zutaten für vier Personen:

1/4 Weißkohl
1 EL neutrales Öl
1 Knoblauchzehe
150 ml Gemüsebrühe
1 TL Speisestärke
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Die äußeren Blätter entfernen. Blätter abmachen, Strunkenteil herausschneiden, in größere Rauten schneiden.
2. Knoblauchzehe schälen und halbieren, im Wok oder in einer großen Pfanne in 1 EL neutralem Öl anbraten.
3. Weißkohlflecken 5-8 Minuten im Wok oder in der Pfanne pfannerrühren.
4. Ein TL Speisestärke in einer Tasse kalter Gemüsebrühe auflösen und das Gemüse damit ablöschen. Etwas einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 20 min, Beilagen, Gemüse, deutsch

Rezepte und Foto:Walter
Stand 06.01.2023