

Rahmrosenkohl

Zutaten | 2 Portionen

500 g	Rosenkohl
1	Schalotte
30 g	Butter
	Salz
100 ml	Gemüsebrühe
100 g	Crème fraîche
	Pfeffer
	Muskatnuss, frisch gerieben
2 EL	glatte Petersilie (gehackt)

Zubereitungszeit: 25 Min.

Zubereitung:

- Rosenkohl putzen und den Strunk kreuzweise einschneiden.
- Schalotten fein würfeln.
- Butter in einem Topf zerlassen, Schalotten und Kohl darin unter Rühren bei mittlerer Hitze andünsten, bis die Schalotten glasig sind.
- Rosenkohl salzen, Gemüsebrühe zugeben und zugedeckt bei milder Hitze 12-15 Minuten dünsten.
- Crème fraîche unterrühren und den Rosenkohl mit Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen.
- Gehackte glatte Petersilie unterrühren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 380 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
375 kcal	27.7 g	24.3 g	13 g	139 mg