

## Kartoffel-Kohlrabi-Eintopf, vegetarisch

Hauptgericht 10

Zutaten	Detail	Rezeptmenge (KG / L / ST)
Jodsalz		0,001
Kartoffeln		1,400
Kohlrabi		1,000
Liebstockl		0,001
Muskat		0,001
Petersilie, TK		0,005
Pfeffer, gemahlen		0,001
Rapsöl		0,010
Zucker		0,002
Zwiebeln		0,100

Gemüse waschen, schälen, waschen. Ein paar zarte Kohlrabi-Blättchen zurücklegen. Die feingehackten Zwiebeln im Rapsöl leicht anrösten, mit Wasser aufgießen, Salz und Liebstockel zugeben, aufkochen. Die kleingeschnittenen Kartoffeln und Kohlrabi zugeben, aufkochen und bei kleiner Hitze garen, evtl. mit dem Pürestampfer noch etwas zerdrücken, damit es sämiger wird. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und einer Prise Zucker abschmecken.

Fein gehackte Kohlrabi-Blätter und Petersilie darüberstreuen und servieren.

Am besten mehligere Kartoffeln verwenden.

Dazu etwas Brot reichen.

### Einstufung

Normal   
 Muslimisch   
 Laktosefrei   
 Muslimisch-Lfr   
 Vegetarisch

### Allergene

<input checked="" type="checkbox"/> Gluten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schalenfrüchte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Krebstiere	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Weizen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Mandeln	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Eier	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Dinkel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Paranüsse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Fisch	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Einkorn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Haselnüsse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Erdnüsse	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Emmer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Walnüsse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Soja	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Khorasan (Kamut)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Cashewnüsse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Sellerie	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Roggen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Pecannüsse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Senf	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Gerste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Pistazien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Sesam	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Hafer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Macadamia- / Queenslandnüsse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schwefel	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Milch	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/> Süßlupinen	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Laktose	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/> Weichtiere	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Milcheiweiß	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/> weitere Zusatzstoffe	<input type="checkbox"/>

1