

Dein Gemüsebox-Rezept

Mangold-Borschtsch

Zutaten für 2 Personen

3 - 4 Mangoldstiele mit Blättern
3 Kartoffeln
3 Rote Bete
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
500 ml Gemüsebrühe
2 EL Essig
Salz, Pfeffer

Nach Geschmack: Saure Sahne, Joghurt oder vegane Alternative

Zubereitung

- Die Zwiebeln würfeln und den Knoblauch fein hacken.
- Den Mangold waschen und klein schneiden.
- Die Kartoffeln und Rote Bete waschen, schälen und würfeln.
- (Da Rote Bete eine längere Kochzeit haben, empfiehlt es sich, sie möglichst klein, bzw. fein zu schneiden.)
- Die Zwiebeln und den Knoblauch ca. 5 Min in einem großen Topf anbraten und mit der Brühe ablöschen.
- Dann Mangold, Rote Bete und Kartoffeln in den Topf geben und zum Kochen bringen. Auf niedriger bis mittlerer Stufe 30 Min köcheln lassen.
- Zum Schluss den Essig hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Mit saurer Sahne oder veganer Alternative servieren.. Auch unser Pesto schmeckt dazu lecker. Guten Appetit!

Einer für alle und alle für einen! Bestelle jetzt unsere Gemüse- und Fischboxen als Sammelbestellung für Dich und Deine Mitwirkenden. Ab 5 Boxen, die zeitgleich an einen Ort wie Büro, Verein oder Praxis geliefert werden, gibt es Sonderkonditionen! Infos auf unserer Webseite unter Shop, Firmenbestellungen. www.stadtform.de