

Dein Gemüsebox-Rezept

Überbackener Chicorée & Kartoffelstampf

Zutaten für 2 Personen

Überbackener Chicorée

4 Stück Chicorée
150 ml Gemüsebrühe
Käse, nach Belieben oder vegane Alternative

Gewürze: Salz, Pfeffer

Kartoffelstampf

400 g Kartoffeln
100 ml Milch oder Sojamilch
2 TL Butter (Margarine)

Gewürze: Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung

Überbackener Chicorée

- Chicorée säubern, waschen, der Länge nach halbieren und Strunk abschneiden.
- Die Chicorée-Hälften mit der Schnittfläche nach unten in eine Form geben, Gemüsebrühe und Käse drüber geben und etwa 15-20 Minuten bei 180°C überbacken.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffelstampf

- Für den Kartoffelstampf die Kartoffeln waschen, in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, Salz hinzugeben, das Ganze zum Kochen bringen und für ca 20-30 Minuten kochen lassen, bis die Kartoffeln gar sind.
- Anschließend die Kartoffeln abseihen und pellen.
- Die Milch (Sojamilch) sowie die Butter (Margarine) in einem Topf leicht erwärmen, bis sie geschmolzen ist.
- Nun die Kartoffeln mit einer Gabel, Kartoffelpresse oder einem Kartoffelstampfer zerdücken.
- Dann die Milch (Sojamilch) und die Butter (Margarine) unterrühren.
- Zum Schluss Kartoffelstampf mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit dem Chicorée servieren.
Guten Appetit!

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.stadtfarm.de