

# Wurzeleintopf



Eine **Zwiebel** schälen, schneiden und in wenig Fett anbraten. Währenddessen Wurzelwerk (**Karotten, Sellerie, Petersilienwurzel,...**) putzen und grob raspeln und die **Erdäpfel** schälen und vierteln. Wenn die Zwiebel goldbraun ist mit Wasser aufgießen und das restliche Gemüse dazugeben. Gewürzt wird (großzügig) mit **Thymian** und **Salz**. Das Gemüse sollte im Topf zu ca. einem Drittel mit Wasser bedeckt sein. Im Schnellkochtopf reichen 5 Minuten auf Stufe 2, danach Energiezufuhr abschalten und stehen lassen, bis kein Druck mehr im Topf ist; ohne Druckkochtopf ca 20 Minuten köcheln lassen.

Dieses Gericht hieß bei uns daheim „Wurzelfleisch“. Als Vegetarierin habe ich es bereits vor vielen Jahren adaptiert und einfach das Fleisch weggelassen. Wer mag, kann getrocknete Sojafleischwürfel mitkochen (unbedingt vorher 5-10 Minuten in heißer Gemüsesuppe ziehen lassen).



Share this: