Grünkohl-Eintopf

Zeit gesamt
50min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Grünkohl, tiefgefroren	750 g
Kartoffeln, festkochend	500 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Öl	2 EL
Gemüsebrühe	500 ml
Salz	
Kasseler, am Stück	250 g
Bauchspeck	100 g
Senf	2 EL
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel

1. Grünkohl am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Kartoffeln schälen, waschen und halbieren. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln.

2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 2 Min. anbraten. Grünkohl und Brühe zugeben, mit etwas Salz würzen und bei mittlerer Stufe zugedeckt ca. 45 Min. garen. Nach ca. 20 Min. Garzeit Kassler, Bauchspeck und Kartoffelhälften dazugeben und darin garen lassen.

3. Grünkohl-Eintopf mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Kassler und Bauchspeck aus dem Grünkohl-Eintopf nehmen, in gleichmäßige Stücke schneiden, auf tiefe Teller verteilen und zusammen mit Grünkohl-Eintopf servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	421 kcal
Kohlenhydrate	31 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	24 g