



# Kohlrabi-Schmand-Gemüse mit Honigkartöffelchen

 Dauer  
25 min.

 Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	1 EL
Kohlrabi	2 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Pumpernickel	2 Scheiben
Öl	2 EL
Wasser	150 ml
Butter	3 TL
Honig	1 EL
Schmand	200 g
Pfeffer, schwarz	

## Zubereitung

In einem Topf möglichst kleine Kartoffeln mit Salzwasser bedeckt aufkochen. Auf mittlerer Stufe zugedeckt ca. 15 Min. garen.

Kohlrabi schälen und in ca. 1 cm dünne Stifte schneiden. Zwiebel halbieren, schälen und klein würfeln. Pumpernickel klein bröseln oder klein schneiden.

In einem Topf Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Kohlrabi mit Zwiebelwürfeln darin ca. 2 Min. anbraten. Mit Wasser ablöschen, Hitze auf mittlere Stufe reduzieren und das Gemüse ca. 8 Min. zugedeckt köcheln.

In einer Pfanne 2 TL Butter auf mittlerer Stufe schmelzen. Pumpernickel zugeben, leicht salzen und ca. 2 Min. darin anrösten.

Kartoffeln mithilfe des Deckels abgießen und anschließend im Topf leicht ausdampfen lassen. 1 TL Butter und Honig zugeben, salzen und gut durchschwenken, damit sich alles gut verteilt.

Schmand unter den Kohlrabi rühren und ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kohlrabi-Schmand-Gemüse mit Honigkartöffelchen auf Tellern verteilen, mit Pumpernickelcrunch bestreuen und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	530 kcal		
Kohlenhydrate	77 g	Ballaststoffe	14 g
Eiweiß	12 g	Fette	21 g