

Scharfe Rosenkohlpfanne

Zutaten für 4 Portionen:

600 g Rosenkohl – 200 g Basmatireis – ¼ TL Cayennepfeffer – 400 ml Gemüsebrühe – ½ TL Currypulver – 1 Zwiebel – Pfeffer – 150 ml Salzwasser – ½ TL Kurkuma – 2 EL Olivenöl – 100 g Saure Sahne

Zubereitung:

- Zwiebel schälen und fein würfeln
- Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Curry, Kurkuma und Reis zugeben und kurz mit anbraten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt bei geringer Hitze garen
- Inzwischen den Rosenkohl putzen und halbieren. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und den Rosenkohl zusammen mit dem Cayennepfeffer kurz anbraten. Mit Salzwasser ablöschen und zugedeckt garen.
- Zum Schluss Reis und Sahne unterheben und die Rosenkohlpfanne mit Salz und Pfeffer abschmecken

Wir wünschen guten Appetit!

