

REZEPT DER WOCHE

KW 21 18.05. – 24.05.2026

Pastinaken-Möhren-Linsen-Kasserolle (Für 4 Personen)



Das brauchen Sie:

2 EL	Olivenöl	(Art.Nr. 8044)
150 g	Zwiebel	(Art.Nr. 400)
2	Knoblauchzehen	(Art.Nr. 410)
300 g	Möhren	(Art.Nr. 300)
300 g	Pastinaken	(Art.Nr. 314)
600 ml	Gemüsebrühe	(Art.Nr. 8037)
125 g	rote Linsen	(Art.Nr. 5097)
1 TL	Currypulver	(Art.Nr. 8669)
	Salz und Pfeffer	
250 g	Kidneybohnen	(Art.Nr. 17217)
1 Bund	Petersilie glatt	(Art.Nr. 451)
400 g	Kartoffeln vfk	(Art.Nr. 501)
2 EL	Milch	(Art.Nr. 2001)
1 EL	Butter	(Art.Nr. 2412)
	Gouda mittelalt	(Art.Nr. 2687)

Und so geht's:

Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Möhren und Pastinaken in etwa ½ cm dicke Scheiben schneiden. Alles in Olivenöl anschwitzen, Brühe, Linsen und Currypulver zugeben und zugedeckt ca. 15 Min. köcheln lassen, bis das Gemüse weich und die Linsen gar sind.

Backofen auf 150 °C vorheizen. Auflaufform einfetten. Kidneybohnen und die kleingehackte Petersilie unter die Gemüsemischung rühren, in die Form geben und ca. 30 Min. backen.

Kartoffeln schälen, grob würfeln und weichkochen, mit Milch und Butter zu Püree verarbeiten und würzen. Püree auf dem Gemüse verteilen. Backofen auf 180 °C erhöhen und den Auflauf weitere ca. 20 Min. backen, bis das Püree knusprig wird.

Nach Belieben mit geriebenem Gouda bestreuen.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

DECKERSBIOKISTE

Am Bollgraben 11
76534 Baden-Baden

Telefon 07223 8062230
E-Mail info@deckersbiokiste.de