

Leckerer Gemüseeintopf

Sommerlicher Gemüseeintopf, frisch im Geschmack, leichte Küche, eindrucksvoll für's Auge durch die rote Paprika, den sattgrünen Brokkoli, dem weißgrünen Porree und den gelben Kartoffeln.

1 Handvoll Kräuter, gemischt mit Liebstöckel, Petersilie, Basilikum ... **3 Sek./Stufe 8** und umfüllen.

1 rote Zwiebel **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

20 g Öl hinzu und **2 Min./120°/Stufe 1** dünsten

450 g Möhren, in Stücke **6 Sek./Stufe 4,5** zerkleinern.

750 g Wasser

1 TL Gemüsebrühepaste einwiegen. Gäreinsatz in den Mixtopf einhängen und

500 g Kartoffeln, in mundger. Würfeln einfüllen. Mixtopf verschließen und Varoma aufsetzen. Diesen befüllen mit

1 rote Paprika, in Würfeln

125 g Brokkoli in kleinen Röschen

125 g Porree in Ringen

50 g Kohlrabi, in Stiften

50 g Möhre, in Stiften und mit Deckel verschließen. Alles zusammen **30 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Anschließend alles in eine große Terrine zusammen schütten und mit Kräutern bestreut servieren.

Tipp: Den Einlegeboden einhängen und Wiener Würstchen oder Kochmettwurst in Scheiben hinzu geben und mit garen.

Guten Hunger wünscht Rina Wilken

www.genusswelt-wilken.de