

Rezept

Kartoffel-Wirsing-Pfanne mit Pinienkernen



Quelle: KMG/die-kartoffel.de (bei Verwendung bitte angeben)

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Wirsing
1 kg festkochende Kartoffeln
2 EL Öl
1 Zwiebel
60 g Rohschinken
3 Möhren
600 ml Gemüsebrühe
200 g Sahne
30 g Pinienkerne
Salz, Pfeffer und Muskatnuss

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen und schälen und in Salzwasser nicht ganz weich kochen (ca. 15 Minuten, je nach Größe der Kartoffeln).

Den Wirsing waschen und vierteln, den Strunk entfernen und die Blätter in Streifen schneiden.

Die Zwiebel und den Schinken würfeln und im Öl anbraten.

Den Wirsing dazugeben, kurz mitbraten und dann mit der Gemüsebrühe ablöschen. Das Gemüse und die Schinkenwürfel unter dem Deckel ca. 10 Minuten dünsten.

Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden; die gekochten Kartoffeln vierteln.

Möhrenscheiben und Kartoffelwürfel zum Wirsing geben und noch weitere 10 Minuten garen.

Die Sahne dazugießen und aufkochen.

Die Pinienkerne in einer weiteren Pfanne ohne Fettzugabe einige Minuten rösten, dabei regelmäßig wenden.

Die Wirsing-Kartoffeln mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Abschließend die Wirsing-Kartoffelpfanne mit Pinienkernen bestreuen und servieren.

Rezept

Das Rezept gibt es online unter folgendem Link: [Rezept Kartoffel-Wirsing-Pfanne mit Pinienkernen](#).

Weitere tolle Rezepte sowie Informationen und Tipps rund um die Kartoffel erhalten Sie zudem unter www.die-kartoffel.de.

Über die KMG

Die Kartoffel-Marketing GmbH (KMG) wurde 2014 gegründet. Sie versteht sich als „Bündnis der Kartoffelprofis“ und repräsentiert die deutsche Kartoffelwirtschaft. Ihr Ziel ist es, die Verbraucher in Deutschland über die Vielseitigkeit und den hohen Wert der Kartoffel zu informieren. Zur KMG gehören der Deutsche Kartoffelhandelsverband e. V., die Bundesvereinigung Erzeugergemeinschaften Kartoffeln und der Verein Landvolk Niedersachsen – Landesbauernverband e. V. Projekte der KMG werden von der Landwirtschaftlichen Rentenbank unterstützt.

Experten-Interviews:

Wir arbeiten mit zahlreichen Experten aus dem Kartoffelanbau und aus der Kartoffelproduktion zusammen, die Ihnen für Interviews zur Verfügung stehen. Bitte wenden Sie sich gerne an uns.

Pressekontakt:

agentur05 GmbH | Linda Künzel
E-Mail: presse-kmg@agentur05.de
Tel.: 0221 925454-817
Sachsenring 81 | 50677 Köln

