

Kartoffel-Gemüsepfanne mit Schafskäse

FOODBOX



Zutaten für 2 Personen

- > 4 Kartoffeln (ca. 400 g)
- > 2-3 Möhren (ca. 200 g)
- > 1 Zwiebel
- > 200 g Brokkoli
- > 1/2 Stange Lauch
- > 1 EL Rapsöl
- > 250 ml Gemüsebrühe
- > 2 Tomaten
- > 1 kleine Zucchini
- > 150 g Crème fraîche 15 % Fett
- > Jodsalz, Pfeffer, Thymian
- > 100 g Schafskäse

Zubereitung in 30 Minuten

- 1 Kartoffeln und Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden, Möhren schälen und klein schneiden.
- 2 Brokkoli und Lauch waschen, putzen und in Stücke schneiden.
- 3 Kerngehäuse der Tomaten entfernen und würfeln. Zucchini in dicke Scheiben schneiden und evtl. halbieren.
- 4 Rapsöl in der Pfanne erhitzen, Kartoffeln und Möhren andünsten. Nach ca. 5 Min. Zwiebeln zugeben.
- 5 Brokkoli, Zucchini und Lauch ebenfalls in die Pfanne geben und alles ca. 10 Min. weiterdünsten. Anschließend Gemüsebrühe aufgießen und, bis das Gemüse bissfest ist, weiterköcheln.
- 6 Tomaten am Ende der Garzeit hinzugeben.
- 7 Crème fraîche über das Gemüse geben, mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken.
- 8 Zum Schluss den zerbröselten Schafskäse auf der Pfanne verteilen.

