

5) Winterbohneintopf mit Steckrüben und Curry

Zutaten:

- 250 g Steckrüben, gewürfelt
- 250 g Wirsing in feinen Streifen
- 250 ml Gemüsebrühe
- 500 ml passierte Tomaten
- ½ Glas weiße Bohnen
- 1 kleine Dose Kidneybohnen
- 3 Zwiebeln, gewürfelt
- 3 Knoblauchzehen, gehackt
- 3 EL Tomatenmark, 3 TL Currypulver
- etwas frischen Ingwer, ein Bund krause Petersilie
- Rapsöl
- Salz, geräuchertes Salz, Zucker, weißer Pfeffer, Paprika edelsüß

Zubereitung:

Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer in Öl glasig anschwitzen. Tomatenmark und Curry zugeben und mitrösten. Gemüsebrühe und passierte Tomaten zugeben, mit Gewürzen abschmecken. Gewürfelte Steckrüben und Wirsingstreifen zufügen und ca. 20 min. bissfest kochen. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie betreuen und mit einem Klecks Crème fraîche genießen.

Kindertagesstätte Erfurter Straße 1A/ Marburg