

Kohlrabiragout mit Estragon und frischem Blattspinat

Zutaten für ca. 4 Personen:

1	Stk.	Zwiebeln
1	Tl	Estragon getrocknet (z.B. von Lebensbaum)
50	g	PROVAMEL Bio Soja Backen und Streichen
150	ml	Weißwein (nicht zu sauer)
500	ml	Gemüsebrühe
250	ml	PROVAMEL Bio Soja Cuisine
800	g	Kohlrabi-Ecken (geschält) Speisestärke zum abbinden
400	g	Blattspinat Salz, Petersilie

Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. PROVAMEL Backen und Streichen in einem Topf erhitzen, Zwiebelstreifen zugeben und glasig anschwitzen, anschließend Estragon und ein wenig Salz zugeben und mit anschwenken bis es „duftet“.

Mit dem Weißwein ablöschen, um die Hälfte reduzieren lassen und die Gemüsebrühe zugeben.

Währenddessen die Kohlrabi schälen, vierteln und in Ecken (ca. 2x2 cm) schneiden, den Spinat waschen und abtropfen lassen.

Die Kohlrabi-Ecken in den Fond geben und geschlossen leise köcheln lassen bis sie gar sind. Die PROVAMEL Soja Cuisine zugeben und mit in kaltem Wasser angerührte Speisestärke (1:1) leicht sämig abbinden und mit Salz abschmecken.

Etwas Petersilie mit ein paar Spinatblättern in einem Blitzhacker oder mit einem Pürier-Stab oder Mixer sehr fein hacken und in das Kohlrabi-Ragout geben. Dadurch wird es schön grün.

Den Blattspinat, ohne blanchieren, in das fertige Kohlrabi-Ragout geben, einmal umrühren und anschließend gefällig anrichten.

Tipp:

Zu dem Kohlrabi-Ragout passen hervorragend Ofenkartoffeln, Nudeln, Spätzle, Gnocchi und Schupfnudeln.