

Feuriger Wirsing

Zutaten für 4 Portionen:

1 Zwiebel – 1 Wirsing – 1 Knoblauchzehe – 4 EL Öl – 4 EL Tomatenmark – 2 EL Gemüsebrühe – 1 TL Cayennepfeffer – Salz – Pfeffer – 1 Prise Zucker – 4 EL Frischkäse – 600 ml Wasser

Zubereitung:

- Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln
- Wirsing halbieren, Strunk entfernen und die Blätter in schmale Streifen schneiden
- Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch andünsten, Cayennepfeffer zugeben, Wirsing unterheben und kurz anbraten
- Alles mit Wasser ablöschen, Gemüsebrühe und Tomatenmark unterrühren und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen
- Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und den Frischkäse unterrühren
- Dazu passen Kartoffeln oder Reis

Wir wünschen guten Appetit!

