

Rosenkohlpüree mit gebratenem Schinken



20 Minuten



NÄHRWERTE

Energie	211 Kcal
Kohlenhydrate	11.1 g
Eiweiß	29.6 g
Fette	4 g

Nährwert pro Person

ZUTATEN

- 1 Beutel PowerSlim-Kartoffelpüree
- 40 – 50 g Schinken
- 100 g Rosenkohl
- Prise Muskatnuss
- Pfeffer
- Salz

ZUBEREITUNG

Den Rosenkohl kochen oder dämpfen, bis er bissfest ist. Den Schinken in einer Pfanne braten, bis er goldbraun wird und anschließend in kleine Stücke schneiden. Nun das Kartoffelpüree nach den Anweisungen auf der Packung zubereiten. Den Rosenkohl halbieren und dann mit dem Kartoffelpüree und dem Schinken mischen. Am Ende alles noch mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

TIP: DER EINTOPF WIRD BESONDERS CREMIG, WENN NOCH EIN TEELÖFFEL GESCHMOLZENE BUTTER HINZUGEgeben WIRD.