

Gemüse-Eintopf mit Würstchen aus dem Thermomix



© Gemüse-Eintopf - Rezepte mit Herz



50 Min.



leicht



4 Portionen

Ein herbstlicher Eintopf voller gutem Gemüse und Vitaminen.

Wir lieben Mixen

Catharina Heitmann, Geschäftsführerin von lid-up hat uns verraten, warum sie den Thermomix so schätzt und was sie am liebsten kocht. Zum Beispiel dieser mega leckere Gemüsetopf!! Guten Appetit!

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	500 g	Möhren
<input type="checkbox"/>	150 g	Staudensellerie
<input type="checkbox"/>	100 g	Brokkoliröschen
<input type="checkbox"/>	50 g	Lauch
<input type="checkbox"/>	1	rote Paprika
<input type="checkbox"/>	700 g	Kartoffeln
<input type="checkbox"/>	150 g	Kohlrabi
<input type="checkbox"/>	6	Wiener Würstchen (à 55 g)
<input type="checkbox"/>	1	Zwiebel
<input type="checkbox"/>	40 g	Butter
<input type="checkbox"/>	800 g	Wasser
<input type="checkbox"/>	2 TL	Gemüsebrühepaste oder -pulver
<input type="checkbox"/>	1 TL	Majoran
<input type="checkbox"/>		Salz
<input type="checkbox"/>		Pfeffer
<input type="checkbox"/>		nach Belieben gehackte Petersilie zum Servieren

Zubereitung

1. Möhren, Sellerie, Brokkoli, Lauch und Paprika waschen, putzen. Möhre und Sellerie in grobe Stücke, Lauch in Ringe, Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. Kartoffeln und Kohlrabi schälen, beides 1-2 cm groß würfeln. Würstchen in Scheiben schneiden.
2. Zwiebel abziehen, vierteln, in den Mixtopf geben, 4 Sek./Stufe 5 zerkleinern, herunterschieben. Butter zugeben und 3 Min./Varoma/Stufe 1 dünsten.
3. Möhren und Sellerie zugeben und 4 Sek./Stufe 4 zerkleinern. Kartoffeln, Kohlrabi, Brokkoli, Lauch und Paprika im Varoma verteilen (ein paar Luftschlitze freilassen!), Wiener darauf geben, alles mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Wasser, Gemüsebrühepaste und Majoran in den Mixtopf zugeben, Varoma aufsetzen und alles 30 Min./Varoma/Stufe 1 garen.
5. Gemüse und Würstchen zusammen mit dem Mixtopfinhalt in eine große Schüssel umfüllen und nach Belieben mit Kräutern bestreut servieren.

Nährwertangaben

kcal pro Portion ca. 440 kcal, 16 g E, 24 g F, 39 g KH