

# Gemüse mit gerösteten Bröseln

Rezept für 2 Portionen  
Dauer: ca. 25 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Chinakohlsalat	2 Tasse(n) / Glas
Blumenkohl / Karfiolrose	1 Stk.
Rotkohl / Rotkraut / Blaukraut	¼ Stk.
Karotten / Möhren	6 Stk.
Speisekürbisse / Speisekürbise	2 Stk.
Knoblauchzehen	1 Stk.
Schwarzbrot / Vollkornbrot	4 Scheibe(n)
Butter	5 Esslöffel
Vollmeersalz	¼ Teelöffel
Frisch gemahlener Pfeffer	Etwas / nach Bedarf

## Zubereitung:

Blumenkohl (mittelgroß, ohne Stiel, in kleine Röschen geteilt), Rotkohl (ohne Strunk, geraffelt), Karotten (mittelgroß, in Scheiben, Stäbchen oder Würfel geteilt) und Kürbisse (mittelgroß, gelb) im Dämpftopf zugedeckt 10 Min. über kochendem Wasser oder bis zur Gare dämpfen. Pak-Choy grün (oder Chinakohl) zuletzt zugeben, bis die Blätter zusammenfallen.

Butterbrösel-Haube: Die Butter in großer Pfanne schmelzen. Knoblauch zugeben und schmoren, um die Butter zu aromatisieren. Brot in der Küchenmaschine oder im Mixer zerkleinern (mittelgroße Brösel). Brösel in Knoblauchbutter wälzen bis sie sich gleichmäßig vollgesogen haben.

Zusammenstellung der Kasserolle: Backofen auf 260 Grad vorheizen. Das gedämpfte Gemüse mit 1 EL Butter, Gemüsegewürz und Meersalz in großer Schüssel gut vermengen. Wenn gewünscht, pfeffern und 1/2 Tasse Butterbrösel zufügen. Gut mischen. Das Gemüse in flacher, feuerfester Kasserolle verteilen. Mit den restlichen Bröseln bestreuen. 2 EL Butterflöckchen verteilen. 5 Min. im Rohr überbacken.

Übriggebliebene Reste der Kasserolle können für Suppen, Gemüsetoasties (kleine Toasts) oder in Chapatis (indische Fladen) gerollt Verwendung finden.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-2216-Gemuese-mit-geroesteten-Broeseln.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)