

Kartoffelgemüsepfanne

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 2 gekochte Kartoffeln
- 200 g (2 T) Blumenkohl oder Rosenkohl
- 1 Karotte
- 1/2 rote Paprikaschote
- 1/2 grüne Paprikaschote
- 1 kirschgroßes Stück Ingwer (oder 2 Knoblauchzehen)
- 1/2 Stange Lauch
- 1 kleine Zwiebel
- 1/2 T Gemüsebrühe
- 2 EL Sojasauce
- 1 EL Margarine
- Paprika
- Pfeffer
- Salz

- Margarine mit Paprika, Pfeffer und Salz in der Pfanne zerlassen.
- Kartoffeln schälen, in halbzentimeterdicke Scheiben schneiden, von beiden Seiten anbraten.
- Blumenkohl in Röschen schneiden (bzw. äußere Blätter vom Rosenkohl entfernen, halbieren), Karotte in Scheiben schneiden, ebenfalls unter gelegentlichem Wenden anbraten.
- Paprika vom Stielansatz und Kernen befreien, in Rauten schneiden.
- Ingwer bzw. Knoblauch schälen und feinschneiden.
- Sobald der Kohl an einigen Stellen gebräunt ist, Paprika und Ingwer bzw. Knoblauch dazugeben.
- Zwiebel schälen, äußere Lauchblätter entfernen, längs halbieren und waschen und beides in Ringe schneiden.
- Lauch und Zwiebeln in die Pfanne geben und andünsten.
- Gemüsebrühe und Sojasauce angießen und etwas einkochen lassen.

