

Grünkohl crunchy



100g Zwiebel
3 El. Öl

schälen, würfeln und in heißem
anbraten.

500 g Grünkohl

putzen, waschen, trocknen und zu den Zwiebeln geben. Anschwitzen
und mit

½ Tasse Gemüsebrühe

ablöschen. Je nach Geschmack nur kurz erhitzen oder weich kochen
lassen.

1 Knoblauchzehe

und die übrigen Gewürze

1 Tl. Kreuzkümmel,

1 Tl. Senf,

Salz & Pfeffer

zugeben und abschmecken.

Zum Ende der Garzeit

2 El. Erdnussmus crunchy

zufügen.