

# Kartoffelpfanne mit Zuckerschoten und Karotten

Kartoffel-Gerichte » Kartoffel-Pfannen

## Zutaten (4 Personen)

- » 400g gekochte Kartoffel(n)
- » 300g Zuckerschoten
- » 4 Möhre(n)
- » 2 Zwiebel(n)
- » 4 EL Butterschmalz
- » 200g Bulgur
- » Salz & Pfeffer
- » 2 EL Rosmarin
- » 3 EL Basilikum
- » 3 EL Petersilie

## Bewertung



### Beschaffung

guten Supermarkt



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

31-60min

## Zubereitung

1. Kartoffeln pellen. Zuckerschoten waschen, Enden abschneiden. In kochendem Salzwasser 4min blanchieren. Abgießen, abschrecken, abtropfen lassen. Möhren putzen, waschen, in dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen, fein hacken.

2. Butterschmalz erhitzen, Zwiebeln andünsten, Karotten dazugeben und alles 5min dünsten. 100ml Wasser aufkochen, über den Bulgur gießen, 10min quellen lassen. Mit einer Gabel auflockern und mit den Kartoffeln zum Gemüse geben. Alles weitere 5min braten.

3. Zuckerschoten dazugeben, erhitzen. Salzen und pfeffern. Basilikum in Streifen schneiden, Rosmarin hacken, darüber streuen. Mit Basilikum und Petersilie garnieren.

Nährwerte: 433kcal/E11g/F13g/KH66g pro Portion

angelegt am: 02.07.2006

Rezept-Nr: 2108

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke