



Wirsing-Lauch-Gemüse mit Wald-Schaumkraut

Zutaten:

800 g Wirsing
 2 Stangen Lauch
 1 kleine Handvoll frisches Wald-Schaumkraut
 ½ Bund Petersilie
 600 g violette Süßkartoffeln
 2 EL Öl
 125 ml Gemüsebrühe
 1 TL Speisestärke
 125 ml Sahne
 100 g Doppelrahm-Frischkäse
 1 - 2 TL Senf
 weißer Pfeffer, Salz

Zubereitung:

Wirsingblätter vom Strunk lösen, waschen und in mundgerechte Stücke zupfen.
 Den Lauch waschen, längs halbieren und in kurze Stücke schneiden.
 Das Wald-Schaumkraut und die Petersilie waschen, einige Blättchen vom Wald-Schaumkraut beiseitelegen. Petersilie und restliches Wald-Schaumkraut hacken.

Die violetten Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Die Süßkartoffeln in Wasser mit etwas Salz in etwa 12- 15 Minuten kochen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Wirsing und Lauch darin 5 Minuten anbraten, Gemüsebrühe zufügen und ca. 7 Minuten sanft dünsten.

Sahne, Frischkäse, Senf und Speisestärke miteinander verrühren und in das Gemüse einrühren, etwa 3 Minuten leicht köcheln lassen. Mit etwas weißem Pfeffer abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit die Petersilie und ganz zum Schluss das gehackte Wald-Schaumkraut unterrühren.

Das Rahmgemüse mit den Süßkartoffeln anrichten und die restlichen Wald-Schaumkraut-Blättchen darübergeben.