

Kartoffel-Kohl-Eintopf

vegan | glutenfrei | circa 2 Personen



Zutaten:

300 g Kohl	1 Stück Lorbeerblatt
500 g Kartoffel festkochend	Petersilie frisch
2 Stück Karotten	Liebstockel frisch
1 Stück Zwiebel	Thymian
200 g Räuchertofu	Kümmel
800 ml Gemüsesuppe	Öl zum anbraten
Salz	1-2 EL Maizena und Wasser zum andicken
Pfeffer	

Zubereitung:

1) Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden. Karotten und Kartoffel waschen, schälen, in mundgerechte Stücke schneiden. Kohl ebenfalls waschen, und einzelne Blätter in Streifen oder große Stücke schneiden. Tofu trocken tupfen, in Würfel schneiden. Frische Kräuter waschen, zupfen und fein hacken.

2) Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel hell rösten. Kartoffel und Karotten dazu, kurz scharf anbraten. Mit Pfeffer, Petersilie, Liebstockel, Thymian und Kümmel würzen, kurz rösten.

3) Mit Gemüsesuppe aufgießen, Lorbeerblatt dazu und ca. 10 Min. köcheln lassen (Kartoffeln sollen noch bissfest sein).

4) Kohl und Räuchertofu dazugeben, für weitere 5 Min. köcheln lassen, bis alles gar ist.

4. Maizena mit Wasser glattrühren, den Eintopf damit leicht andicken, abschmecken.

Mit frischen Kräutern und Brot servieren.