

## Süßkartoffel-Wirsing-Gemüsepfanne

### Zutaten für 4 Portionen:

1 Wirsing – 800g Süßkartoffeln – 1 Zwiebel – 250ml Gemüsebrühe – Olivenöl – 2 Knoblauchzehen – 2 TL Tomatenmark – Zucker – Chilipulver – Salz – Pfeffer

### Zubereitung:

- Wirsing halbieren, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden. Die Gemüsebrühe zum Kochen bringen und den Wirsing darin blanchieren bis er gar ist, aber noch Biss hat
- Wirsing herausnehmen und abtropfen lassen
- Süßkartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden
- Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln
- Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und Süßkartoffeln, Zwiebel und Knoblauch darin anbraten
- Mit Chilipulver, Zucker, Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren dünsten bis das Gemüse gar ist
- Tomatenmark und Wirsing unterrühren und bei Bedarf nachwürzen
- Noch einmal kurz durchgaren und dann servieren
- Dazu passt Kräuterquark

Wir wünschen guten Appetit!

