



## Deftige Grünkohl-Schwarzwurzel-Pfanne

Zutaten für 4 Pers.

Zubereitungszeit ca. 40-50 Min.

500 g Grünkohl

Grünkohl von den Stielen zupfen und in mundgerechte Stücke teilen. 2-4 Minuten in Salzwasser blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken und im Sieb abtropfen lassen.

450 g Schwarzwurzeln

Schwarzwurzeln schälen, waschen und in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. In Salzwasser (nach Belieben mit Zitronensaft) 5-8 Minuten bissfest garen

200 g Steinchampignons

Pilze putzen und in Scheiben schneiden:

1 rote Zwiebel

Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.

1 EL Öl

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Schwarzwurzeln anbraten.

2 TL Butter

Zwiebelringe und Pilze zufügen und 2-3 Minuten garen.

Salz und Pfeffer

Butter zufügen und Gemüse in der zerlassenen Butter wenden.

½ TL Currypulver

Mit Salz, Pfeffer und

½ TL Chilipulver

den Gewürzen nach Belieben pikant oder scharf würzen.

½ TL Kreuzkümmel

Ofen auf 170 °C vorheizen.

100 g Schinkenspeck, dünn

Die Gemüsemischung in eine Auflaufform füllen und den Grünkohl darauf verteilen.

4 Eier

Dünne Scheiben Schinkenspeck auf dem Gemüse verteilen.

4 Eier an vier Stellen direkt auf die Gemüsemischung geben. Die Auflaufform direkt in den Ofen stellen. Den Ofen auf Grillen einstellen und die Spiegeleier ca. 2-4 Min. unter dem Grill garen.

Dazu schmeckt Kartoffelbrei oder Bratkartoffeln.

### Tipp:

Man kann das Rezept auch komplett in der Pfanne zubereiten. Dazu sollte man den Speck klein schneiden und mit anbraten. Nach dem Zufügen der Eier die Pfanne mit einem Deckel abdecken und die Eier stocken lassen.