



# Grünkohl-Eintopf

mit Kürbis & Reis



Zutaten für 2 Personen:

Eintopf	Zwiebel schälen und fein hacken. Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Zwiebel mit den Gewürzen darin andünsten.
1 Hokkaido-Kürbis	Kürbis waschen und samt Schale würfeln. Grünkohl vom Strunk entfernen, grob zerpfücken und waschen. Dabei mit den Händen etwas durchkneten für mehr Aroma. Anschließend gut abtropfen lassen. Kürbis in die Pfanne geben und mit anbraten.
300 g Grünkohl	
150 g Basmatireis	Reis waschen und zum Kürbis geben, alles mit 1,5 L Brühe ablöschen. Den Grünkohl zugeben und bei geschlossenem Deckel köcheln lassen bis der Kürbis gar ist und der Reis durch.
2 L Gemüsebrühe	
1/2 TL Kurkuma	Nach und nach etwas mehr von der restlichen Brühe zugeben. Servieren und mit einigen Spritzern Zitrone, sowie einem Schuss Sirup verfeinern.
1 Pr. Ingwer	
1 – 2 TL Kürbiskönig-Gewürz	
1 rote Zwiebel	
Salz	
1 EL Kokosöl	
1 Zitrone	
Kräuterjodler Sirup	