

Gemüse in Sauce

Zutaten für 6 Portionen:

- 500 g Kaisergemüse
- 1 Liter Wasser
- 1 TL Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 200 ml Sahne (oder Milch als fettärmere Alternative)
- 40 g Butter
- 40 g Weizenmehl
- 1 Zwiebel (klein)



Arbeitszeit:	ca. 5 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 20 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 25 Minuten

Zubereitung:

1. Bringe das Kaisergemüse mit dem Wasser, Salz und Pfeffer zum Kochen und gare es Gemüse für ca. 10 Minuten.
2. Schäle die Zwiebel und schneide sie in kleine Würfel.
3. Nimm das Gemüse aus dem Kochwasser. Stelle das Kochwasser bei Seite.
4. Nimm nun einen weiteren Topf. Schmelze darin die Butter und dünste die Zwiebelwürfel darin an.
5. Füge das Mehl hinzu und schwitze es an.
6. Lösche die Mehlschwitze mit der Sahne und dem Kochwasser ab. Rühre die Sauce gut um und lasse sie aufkochen.
7. Würze die Sauce mit Muskat und nach Bedarf erneut mit Pfeffer und Salz.
8. Serviere Salzkartoffeln oder Kartoffelbrei zum Gemüse in Sauce und bestreue es mit gehackter Petersilie.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

