

Flower Sprout (4 Personen)

Zutaten:

1 EL Butter

1 Zwiebel

400g Flower Sprout

Salz, Pfeffer

Brühpulver

Zubereitung:

Zuerst die Butter in einer heißen Pfanne auslassen.

Die Zwiebeln häuten, klein hacken und in der Butter anschwitzen.

Das Flower Sprout waschen und tropfnass in die Pfanne geben. Nun ca. 10 Minuten mit Deckel dünsten bei mittlerer Hitze. Zum Schluss noch mit Salz, Pfeffer und Brühe abschmecken.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

