Gemüse-Eintopf mit Knackwürsten

ZUTATEN

½ kg Kartoffeln

¼ kg Karotten

1 kleine Rose Karfiol

1 Zwiebel

1 Packung junge Erbsen

4 Paprikaschoten

1 kleine Dose Tomatenmark

2 Knackwürste

100 g Margarine (Thea)

Salz, Pfeffer, Oregano

ZUBEREITUNG

Gemüse waschen, Zwiebel fein hacken, Karotten und geschälte Kartoffeln in Würfel schneiden, Karfiol in Röschen teilen, Paprikaschoten in Streifen schneiden; Knacker häuten und in Scheiben schneiden.

In einer Kasserolle Thea zerlaufen lassen, Zwiebel darin goldgelb rösten, Gemüse und Tomatenmark dazugeben, salzen, würze, 20 min dünsten; eventuell etwas Wasser aufgießen.

Knacker dazugeben und alles noch 10 min weiterdünsten.

© 4-Gemueseeintopf.docx