Ebly mit Gemüse

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	45 Min.
Garzeit	20 Min.
Portionen	4
Gerät	Combair-Steam SE ab 2015

Rucola-Pesto

50 g Rucola

2 Knoblauchzehen

3 EL Pinienkerne

1 Zitrone, unbehandelt, Schale

3 EL Pecorino, gerieben

¼ TL Salz

Pfeffer, gemahlen

50 ml Olivenöl

Pinienkerne rösten. 1 EL Pinienkerne für die Garnitur beiseitestellen. Für das Pesto alle Zutaten in einen Mixbecher geben und zu einer feinen Masse mixen. Pesto beiseitestellen.

Gemüse

1 Kohlrabi

2 Karotten

200 g Krautstiel

100 g Pilze, gemischt, z. B. Champignons und Kräuterseitlinge

Kohlrabi und Karotten schälen und in 5 mm dicke Stängel schneiden. Krautstiele gut waschen und in 2 cm breite Streifen schneiden. Pilze vierteln.

Gemüse und Pilze in den gelochten Garbehälter geben, salzen.

Ebly

250 g Ebly

400 ml Gemüsebouillon

Ebly in den Garbehälter ⅓ GN geben und Bouillon dazugiessen.

Garbehälter ⅓ GN neben das Gemüse auf den gelochten Garbehälter stellen, in den kalten Garraum schieben. Dämpfen.

Dämpfen 100 °C während 20 Min.

Rucola-Pesto

Salz

Pfeffer

Ebly mit dem Gemüse und dem vorbereiteten Rucola-Pesto mischen, nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen. Mit den beiseitegestellten Pinienkernen garnieren.

Tipps

Je nach Saison können andere Gemüsesorten verwendet werden.

Zubehör

Garbehälter ⅓ GN

Garbehälter gelocht

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	11.12.2019