



## Eintopf mit Lupinen-Tempeh LUPEH vegan, glutenfrei

### ZUTATEN für 4 Personen

- 2 große Möhren
- 4 große Kartoffeln
- 1 Süßkartoffel
- 1 Pastinake
- 1 Grünkohl
- 1 Handvoll Rosenkohl (halbiert)
- Mildes Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 1 TL geriebene frische Muskatnuss
- 2 x 200 g alberts **Lupinen-Tempeh LUPEH**  
(wahlweise alberts **Soja-Tempeh**)



### ZUBEREITUNG

Möhren, Kartoffeln, Süßkartoffeln und Pastinake schälen. In große Stücke schneiden. Äußere Kohlblätter ablösen (und getrennt aufbewahren). Strunk entfernen. Kohl in feine Streifen schneiden. Das Gemüse zusammen in einem Topf mit viel Wasser kochen. Abgießen. Mit einem Schuss Olivenöl, Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. alberts **Lupinen-Tempeh LUPEH** in etwas Olivenöl kurz von beiden Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Serviertipp:** den Eintopf auf einem der aufbewahrten frischen Grünkohlblätter präsentieren. Mit alberts **Lupinen-Tempeh LUPEH**, frischer Blattpetersilie und etwas Senf verzieren. Guten Appetit!

