



Angelner Schnüschn

- **Schwierigkeitsgrad:**Mittel
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Mit Frühlingsgemüse, was der eigene Garten oder der Markt anbietet

Zutaten

- 250 g dicke Bohnen
- 250 g Möhren, geschält in Spalten oder 1 cm großen Würfeln
- 150 g holzfreier Kohlrabi, in Spalten oder 1 cm großen Würfeln
- 250 g Erbsen (Ev. T.K.)
- 250 g grüne Bohnen, geputzt, gefädelt
- 250 g Kartoffeln in 1 cm großen Würfeln
- 2 El gehackte Petersilie und / oder Kerbel
- 1/4 l Gemüsebrühe (Instant)
- 1/2 l Milch
- 1 Becher Sahne
- 30 g Mehl
- 50 g Butter
- Frisch gehackte Petersilie oder 7 und Kerbel
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, 1 Strich Muskatnuss, 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitung:

Schritt2

Die dicken Bohnen zunächst in Salzwasser ca. 5 - 6 min. kochen, abgießen, abkühlen und aus den Schalen drücken.

Schritt3

Die grüne Bohnen ebenfalls in Salzwasser "bissfest" blanchieren.

Schritt4

Der Ansatz:

Schritt5

Die Gemüsebrühe mit der Milch und der Sahne erhitzen, salzen, pfeffern und mit einem Strich Muskatnuss und etwas Zucker würzen.

Schritt6

Zunächst die Kartoffelwürfel, die Möhren und Kohlrabi hinein geben, ca. 15 min. leise köcheln lassen.

Schritt7

Die Butter mit dem Mehl in einer kleinen Stielpfanne kurz ausschwitzen und im Schnüschen verrühren und 2 - 3 min. leise köcheln lassen.

Schritt8

Die blanchierten grünen Bohnen, Bohnenkerne und die Erbsen dazu geben, noch einmal 1 - 2 min. "aufstoßen" lassen, nachschmecken.

Schritt9

Mit reichlich frischer, gehackter Petersilie, dem traditionellen Katenschinken oder auch Matjesfilet servieren.

Rezeptart: Schleswig-Holsteinisch **Tags:** althergebracht, kartoffeln, kohlrabi, möhren, traditionell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/angelner-schnuesch/>