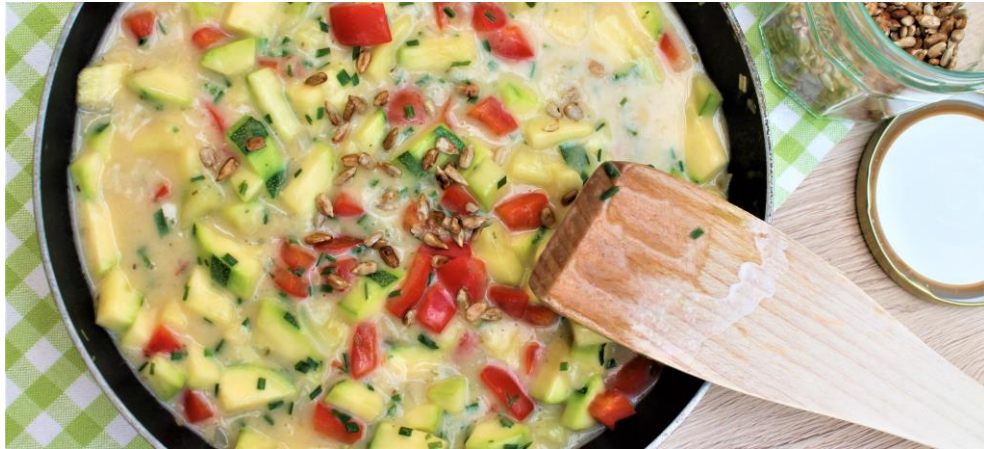


Zucchini-Paprika-Würfel mit Mandelrahm



Zutaten :

1 Zucchini, gewürfelt
1 rote Paprika, gewürfelt
1 Zwiebel, gewürfelt
2 TL weißes Mandelmus
1 TL Kuzu
Gemüsebrühe
Schnittlauch
Etwas Rosmarin,
getrocknet
Salz

Zubereitung:

Die Zwiebel in etwas Öl glasig dünsten. Nun das restliche Gemüse dazugeben und nach ein paar Minuten mit Gemüsebrühe ablöschen.

So viel Gemüsebrühe nehmen, dass das Gemüse noch nicht ganz bedeckt ist. Rosmarin dazugeben.

Während das Gemüse auf kleiner Flamme ein paar Minuten gart, das Mandelmus schrittweise mit etwas Wasser cremig rühren. Ungefähr bis zum Volumen eines kleinen Wasserglases (eher etwas weniger).

Nun die Mandelsahne einrühren. Alles einmal aufkochen und mit Kuzu oder einem anderen Bindemittel binden.

Mit Salz und Schnittlauch abschmecken.

In dem Moment, wo das Kuzu bindet, die Pfanne vom Herd nehmen. Wenn Kuzu zu lange weiterkocht, dann verliert es wieder seine bindende Wirkung.