



Gemüse-Grillpfanne mit Rosmarinkartoffeln

Zeit gesamt
🕒 45min

Zubereitungszeit
🍲 35min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

kleine Kartoffeln, vorw. festk. 1 kg

Salz

Rosmarin, frisch 10 g

Öl 6 EL

Karotten 2 St.

Zwiebeln, rot 2 St.

Brokkoli 0.5 St.

Blumenkohl 0.5 St.

Cherrytomaten Mix 150 g

Pfeffer, schwarz

Kräuter der Provence, 1

getrocknet TL

Petersilie, frisch 25 g

Dill, frisch 25 g

Vemondo Vegane Creme 300 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, großer Topf mit Deckel, große Pfanne

1. Kartoffeln gründlich waschen. In einem Topf Kartoffeln in ausreichend Salzwasser zum Kochen bringen und ca. 15 Min. garen. Anschließend abgießen und ausdampfen lassen. Rosmarin waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Rosmarin und 3 EL Öl zu den Kartoffeln geben und vorsichtig vermischen.
2. Karotten waschen, Enden entfernen und würfeln. Zwiebeln halbieren, schälen und in Spalten schneiden. Brokkoli gründlich waschen und in kleine Röschen schneiden. Blumenkohl gründlich waschen und in kleine Röschen schneiden. Cherrytomaten waschen. In einer Schüssel Gemüse mit 3 EL Öl, Salz, Pfeffer und Kräutern der Provence vermischen.
3. Grill vorheizen. Petersilie und Dill waschen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Schüssel Petersilie, Dill und vegane Creme verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und beiseitestellen.
4. In einer Grillpfanne das Gemüse ca. 8 Min. grillen. In der zweiten Pfanne Kartoffeln ca. 8 Min. grillen.
5. Gemüse-Grillpfanne und Rosmarin-Kartoffeln auf Tellern anrichten und mit Kräuter-Creme servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Das Rezept lässt sich natürlich auch in Pfannen auf dem Herd zubereiten.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	632 kcal
Kohlenhydrate	65 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	11 g
Fette	37 g