

## Rezept vom Bochumer Markt

### Wirsingeintopf mit Nusscreme

Zutaten für 4 Personen

1 kg Wirsing

600 g Kartoffeln

1 Zwiebel

500 g Tomatenstücke

100 g getrocknete Mango

1 EL Tomatenmark

500 ml Gemüsebrühe

1 EL Honig

1 EL Balsamessig

Öl

Salz, Pfeffer, Chilipulver

2 EL Haselnüsse

200 g Crème fraîche



Wirsing vierteln, die äußeren Blätter entfernen und Strunk herausschneiden. Wirsing in Streifen schneiden und waschen. Kartoffeln und Zwiebeln schälen und würfeln. Die getrocknete Mango in Streifen schneiden. Öl in Topf erhitzen und Zwiebeln andünsten, dann Wirsing und Kartoffeln zugeben. Gemüsebrühe und Tomaten hinzufügen und verrühren. Mangos unterrühren und Eintopf 30 Minuten kochen lassen. Mit Honig, Balsamessig, Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Haselnüsse hacken und ohne Fett anrösten. Anschließend abkühlen lassen. Crème fraîche mit den Nüssen verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Eintopf portionieren und mit einem Esslöffel Nusscreme servieren.

*Dieses Rezept wurde von der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildungsstätte (KEFB) zur Verfügung gestellt. [www.kefb.info](http://www.kefb.info)*



Die Bochum Marketing GmbH ist für das Management der städtischen Wochenmärkte in Bochum verantwortlich.  
[www.bochum-tourismus.de/wochenmarkt](http://www.bochum-tourismus.de/wochenmarkt)