

Gebratener Brokkoli mit Erdbeeren

Rezept für 4 Personen:

Zutaten:

1 Kopf Brokkoli
1 Knoblauchzehe
100 g Erdbeeren
1 Thymianzweig, Rosmarinzweig
KoS, Zucker, Muskat, Pfeffer, Butter, Noilly Prat, Olivenöl,

Zubereitung:

- Den Brokkoli in gleichgroße Röschen schneiden
- Danach die Röschen längs halbieren
- Den Brokkoli mit KoS und Zucker würzen, 20 min ziehen lassen
- Den Brokkoli in einer Pfanne mit etwas Olivenöl und Butter goldbraun anbraten
- Wichtig ist, dass das bei mittlerer Hitze geschieht
- Mit Knoblauch, Thymian und Rosmarin verfeinern
- Die Erdbeeren waschen und vom Strunk befreien
- Die Erdbeeren 4 teln und zum Schluss unter den Brokkoli mischen

Tipp:

- Den Brokkoli langsam braten, bis er den gewünschten Garpunkt erreicht hat