

# Sahneblumenkohl mit Fenchel und Erbsen

## Zutaten

500g Blumenkohl (eventuell Möhren),  
500g Fenchel,  
1 Zwiebel,  
1EL Zitronensaft,  
4EL Olivenöl,  
2EL Pinienkerne,  
250g Erbsen,  
150ml Weißwein trocken oder Gemüsebrühe,  
150ml Gemüsebrühe,  
2EL Sahne,  
Salz und Muskatnuss

## Zubereitung

Blumenkohl waschen und in Röschen teilen. Fenchel waschen und die dicken Stiele abschneiden. Längs vierteln und den Strunk herausschneiden, danach in ½ Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden.

Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne kurz rösten, heraus nehmen und beiseite stellen. Den Blumenkohl und den Fenchel in dem Öl vorsichtig anbraten bis der Blumenkohl bissfest ist.

Zwiebeln und Erbsen dazugeben und kurz mitbraten. Mit der Flüssigkeit ablöschen und ca. 4 Minuten köcheln lassen. Mit der Sahne mischen und mit Zitronensaft, Salz und Muskat abschmecken.

Wer möchte kann auch mit frischen Kräutern, z.B. Minze verfeinern.