



#399527099 | © n.d. - stock.adobe.com

Kürbiskartoffel-Eintopf

Zubereitung

Den geschälten Kürbis und die geschälten Kartoffeln in kleine Würfel schneiden und mit der Gemüsebrühe gar kochen, zwischenzeitlich die Milch hinzufügen und mit einem Pürierstab mixen. Fresubin 2 KCAL Drink Neutral dazugeben, nochmals erhitzen und abschmecken.

Tipp

Vor dem Servieren einige Tropfen Kürbiskernöl auf den Eintopf geben und mit gerösteten Kürbiskernen garnieren



Hauptgerichte

Level 



1



25 Min.

Zutaten

200 ml	Fresubin 2 KCAL Drink Neutral*
200 g	Kürbis, roh
150 g	Kartoffeln, roh
50 ml	Gemüsebrühe
50 ml	Milch (3,5 % Fett)
	Salz, Pfeffer, Muskat

Nährwerte pro Eintopf

Energie	596 kcal
Eiweiß	27,0 g
Fett	17,7 g
Kohlenhydrate	80,1 g