17.11.2025 19:07 1/1 Pastinaken

# **Pastinaken**



Pastinaken sind eine Petersilienart mit einer karottenförmigen Wurzel und schmecken süßlich-würzig. Zubereitet werden sie wie Karotten, Schwarzwurzeln oder Weiße-Rüben. Mann kann sie auch frittieren oder als Püree oder Espuma reichen. Die Pastinake ist reich an Kalium und Folssäure.

Hier mal einige Gerichte mit dieser Wurzel:

#### Pastinaken-Bratling

... auch als eine Beilage

### Pastinaken-Apfel-Salat

... nicht nur als Beilage

### Pastinaken-Eintopf

... auch für den Dutch-Oven

#### Pastinaken-Puffer

... auch eine Alternative zu Kartoffel-Rösti

#### Pastinaken-Suppe

... nicht nur etwas für den Suppenkasper

## Hauptgerichte:

Essen und Mehr

From:

https://www.ddws.de/ - d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr

Permanent link:

https://www.ddws.de/hauptgang:pastinaken

Last update: **25.03.2022 18:16** 

