

## Steckrüben-Eintopf für 4-5 Personen

750 g Steckrüben  
350 g Möhren  
400 g Kartoffeln  
2 Zwiebeln  
600 g Kasseler Nacken (ohne Knochen)  
360 g geräucherte Mettenden  
3 EL Öl  
2 EL brauner Zucker  
Circa 1 Liter Gemüsebrühe  
Salz und Pfeffer  
Petersilie

Möhren schälen und in schräge Scheiben schneiden, Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden, Steckrübe schälen und stifteln, Zwiebeln schälen und fein würfeln, Kasseler in Würfel schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen Kasseler-Würfel kurz anbraten und Zwiebeln hinzugeben. Das vorbereitete Gemüse zum Kasseler hinzugeben, anschmoren und anschließend mit dem Zucker bestreuen und kurz karamellisieren lassen.

Alles mit Gemüsebrühe ablöschen, die Mettenden zufügen und zugedeckt 20 bis 25 Minuten bei schwacher Hitze garen.

Mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit Petersilie garnieren.  
Der Eintopf kann natürlich auch ohne Fleisch zubereitet werden!

### **Tipp:**

Die abgeschnittenen Möhren- und Steckrübenschaln nicht in den Müll werfen! Stattdessen aus diesen "Abfällen" eine leckere Gemüsebrühe kochen: Einfach noch eine Zwiebel und ggf. auch anderes Gemüse dazu, außerdem Wasser. Mit Salz, Pfeffer und ggf. Kräutern würzen und die Brühe einige Stunden köcheln lassen.