

Rezept

Erbsensauce

Ein Rezept von Erbsensauce, am 30.06.2024

Zutaten

1 kleine Zwiebel	1 EL Rapsöl
100 ml verträgliche Instant-Gemüsebrühe	100 ml Reisdrink plus Calcium
300 g TK-Erbesen	Pfeffer
Jodsalz	1 Aprikose

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 3-4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Zwiebel schälen und klein würfeln. In einem Topf das Öl erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Die Brühe und den Reisdrink angießen. Die Erbsen zugeben und die Sauce bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 10 Min. köcheln lassen.
2. Die Sauce fein pürieren, pfeffern und salzen. Die Aprikose waschen, halbieren, entkernen und klein würfeln. Die Aprikosenwürfel kurz vor dem Servieren unter die Sauce rühren oder als Farbtupfer nach dem Anrichten aufstreuen. Die Sauce passt zu Fisch und Kartoffeln.