

# Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.  
Gesundheitspädagogin (SKA)

<http://www.gesunde-rezepte.de>

## Topinamburscheiben, gebraten

500 g Topinambur	bürsten, waschen u. in feine Scheiben schneiden.
100 g Netto Zwiebel	fein gewürfelt in
2 Ei Öl	glasig dünsten, Topinambur- scheiben dazu geben u. an- braten,
¼ l Gemüsebrühe	angiessen.
1 Ei (Gew.-Kl. 4)	mit
30 cm <sup>3</sup> Sahne	und
20 g Weizenvollkornmehl	und
jod. Meersalz	verquirlen, zufügen. Durchrühren, bis d.Guß gestockt ist. Mit
geh. Petersilie	bestreut servieren.

Gesamt: 580 kcal : 4 = 145 kcal