

Rosenkohl-Eintopf als Sattmacher

600 g Kartoffeln	schälen und würfeln in
ca. 1Liter Brühe	zum Kochen bringen
750 g Rosenkohl	putzen und die Röschen halbieren oder vierteln und zu den Kartoffeln geben.
200 g Tatar	mit
Pfeffer und Salz	würzen, in kleine Kugeln formen und in der Brühe gar ziehen lassen, mit
Petersilie	bestreuen und abschmecken
Guten Appetit	5 - 6 Portionen
Energiewert	980 Kcal gesamt
nach WeightWatchers	22 ProPoints gesamt
WeightWatchers-Fitformel	Kohlehydrate, Eiweiß, Gemüse
geeignet zum	Sofort oder später genießen, einfrieren und aufwärmen

Viel Spass beim Nachkochen.

