FRUCHTIGER ROTKOHL MIT MARONI

Bio-Zutaten:

1 kleines Glas Rotkohl (z.B. von Marschland, 350 g)
1 EL Olivenöl
½ Zwiebel
50 g Maroni, gekocht (z.B. von ja! Natürlich)
1 kleiner Apfel
1 Orange
Zimt
+ Zitronenpresse

Zubereitung (Dauer ca. 8 Minuten):

1. Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebel fein hacken und darin anschwitzen. Inzwischen die Orange auspressen, den Apfel waschen und in kleine Stücke schneiden.
2. Das Rotkraut und die Apfelstücke zu den Zwiebeln geben, mit Orangensaft übergießen und auf mittlerer Stufe erhitzen.
3. Zum Schluss die Maroni unter das Rotkraut rühren, mit einer Prise Zimt abgeschmeckt genießen und den fehlenden Maronibrater vorm Büro gar nicht mehr vermissen.