# Rosenkohl-Süsskartoffel-Pfanne

Herzhaft-süssliche Kombi: gebratener Rosenkohl mit Süsskartoffelwürfeln, getoppt mit gerösteten Mandeln. Für kräftige Röstaromen braucht die Pfanne wirklich Hitze. Zutaten lieber portionsweise anbraten, damit sie Farbe bekommen und nicht im eigenen Saft weichdünsten. Für 4–6 Personen ist das ein verlässliches Hauptgericht mit klaren Aromen und überschaubarem Aufwand. Die Gesamtzeit liegt bei etwa 35 Minuten; vieles davon läuft nebenbei. Wer das Gericht vorbereiten möchte, kann Gemüse, Sauce und weitere Komponenten bereits vorab bereitstellen. Die eigentliche Garphase bleibt dann kurz und kontrollierbar, was besonders bei mehreren Portionen hilft.

**4–6 Portionen | 35 Min. | 8 g Protein | 100% vegan**

## Zutaten

- 500 g Rosenkohl
- 400 g Süsskartoffeln
- 50 g Mandelblättchen
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- ½ TL Zimt (optional)

## Zubereitung

01 Rosenkohl putzen, halbieren. In Öl ca. 5 Min. anbraten.

02 Süsskartoffeln würfeln, zugeben, mit Salz, Pfeffer und optional etwas Zimt würzen. 10–12 Min. braten, bis alles gar ist.

03 Mandelblättchen in einer kleinen Pfanne ohne Öl rösten.

04 Über das Gemüse streuen und servieren und möglichst frisch auf den Tisch bringen.