

## Liebe Pfadis,

Es wird wieder kalt, da braucht man etwas Warmes im Magen. Wer schafft es einen Eintopf auf dem Lagerfeuer zu kochen?

Das Rezept findet ihr unten.

Gut Pfad und viel Spaß!

Ulli



## Unterwegs kochen: Rezept Eintopf

### (Grundrezept)

Mengen je nach Appetit

- Kartoffeln (so ca. 4–5 Stück pro Nase)
- Gemüse (am besten frisch, Konserve geht aber auch, z. B. Möhren oder Weißkohl oder grüne Bohnen oder, oder, oder...)
- Bauchspeck oder Räuchertofu
- Zwiebeln
- Salz, Pfeffer
- Gemüsebrühe (instant)
- Würstchen
- Wasser

Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden und dann als Erstes in den Topf geben.

Das Gemüse (z. B. Möhren) putzen, in Scheiben schneiden und auf die Kartoffeln geben.

Bauchspeck (für die vegane Variante einfach Räuchertofu oder gar nichts nehmen) und Zwiebeln möglichst klein schneiden und auf das Gemüse geben. Salz und Pfeffer dazugeben und Wasser darüber schütten, bis alles fast komplett bedeckt ist.

Ab auf das Feuer und rund 30–40 Minuten kochen lassen (bei kleiner Flamme).

Wer mag kann gegen Ende noch Würstchen dazugeben. Mit diesem Grundrezept kann man die Kartoffeln mit verschiedenen saisonalen Gemüsesorten kombinieren.

Es schmeckt gut, macht satt und geht auch noch relativ schnell nach dem einem langen Tag auf Fahrt.

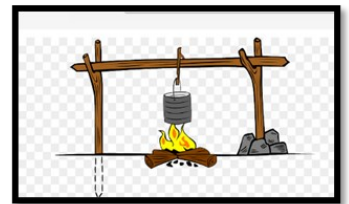


Foto: Caroline Winnicker

