

AUFWAND  
**klein**KOCHDAUER  
**15 Min.**SAISON  
**Sommer**HERKUNFT  
**international**

## KEFENSTROH



### KURZ VORGESTELLT

Die Kefe ist die einzige Erbseart, die eine geniessbare Hülse besitzt. «Mange tout» wird sie deshalb im Französischen genannt. Die fein geschnittenen Streifen sind schnell gebraten.

### ZUTATEN (4 PERSONEN)

300 g	Kefen	2 EL	Bratbutter
			Salz, Pfeffer aus der Mühle

### ZUBEREITUNG

1. Kefen längs in feine Streifen schneiden.
2. Bratbutter in Bratpfanne erhitzen.
3. Kefenstroh 4-5 Min. bei mittlerer Temperatur unter laufendem Rühren braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

TIPP: Mit einem pochierten Ei servieren.

Rezept: coop.ch, 7. 12. 2016 - Foto: compactcook.com