# Pastinaken



Pastinaken sind eine Petersilienart mit einer karottenförmigen Wurzel und schmecken süßlich-würzig. Zubereitet werden sie wie Karotten, Schwarzwurzeln oder Weiße-Rüben. Mann kann sie auch frittieren oder als Püree oder Espuma reichen. Die Pastinake ist reich an Kalium und Folssäure.

Hier mal einige Gerichte mit dieser Wurzel:

---

---

Hauptgerichte:
Essen und Mehr

From:
https://ddws.de/ - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:
**https://ddws.de/hauptgang:pastinaken?rev=1599839675**

Last update: **25.03.2022 18:16**