

15 Rezepte mit Pastinake, die du jetzt ausprobieren solltest



Willkommen zurück, liebe Pastinake! Endlich haben wir dich wieder! Wird aber auch Zeit, dass du dich nicht länger von Karotte und Kartoffel ins Bockshorn jagen lässt. Ja ok - optisch machst du vielleicht nicht so viel her. Aber heißt es nicht immer, dass die inneren Werte zählen?! Und glaub uns - als Suppe, Auflauf, Pommes oder Eintopf bist du unschlagbar!

Pastinaken-Möhren-Suppe mit knusprigen

Pastinaken-Chips

Für Einsteiger ist diese Suppe perfekt: Die Kombination aus Möhre und Pastinake sieht nicht nur gut aus, sondern ist auch blitzschnell gemacht. Und schmeckt dabei herrlich mild. Für den besonderen Knusperereffekt sorgen goldbraun gebackene Pastinakenchips. [Zum Rezept](#)



Pastinaken-Möhren-Suppe mit Pastinaken-Chips

Pastinaken-Topinambur-Suppe mit Walnuss-Birnen-Topping

Die Kombination aus Walnuss und Birne - unschlagbar. Zu Käse, auf deinem Brot oder in deiner Suppe. Besonders lecker als fruchtig-frisches Topping auf einer würzigen Suppe aus Pastinaken und Topinambur. [Zum Rezept](#)



Pastinaken-Topinambur-Suppe mit Walnuss-Birne-Topping

Schwarzwurzel-Pastinaken-Suppe

Zusammen kommt, was zusammen gehört. In diesem Fall: Schwarzwurzel und Pastinake - als cremige Suppe und von Milchschaum, Nussöl, Balsamico-creme, Belugalinsen oder schwarzem Pfeffer verfeinert. Du entscheidest! [Zum Rezept](#)

15 Rezepte mit Pastinake, die du jetzt ausprobieren solltest



Schwarzwurzel-Pastinaken-Suppe © Frau Ziii

Pastinakensuppe mit Ingwer und Mandelsplittern

Ganz in weiß - in dieser Suppenkreation beweist die Pastinake, was sie wirklich drauf hat. Nur mit ein paar Gewürzen und einem Hauch Ingwer verfeinert, verwandelt sich das zarte Gemüse in eine herrlich cremige Liebele. Nicht zu vergessen: die Mandelsplitter on top. [Zum Rezept](#)



Pastinakensuppe mit Ingwer und Mandelsplittern

Rote Bete Suppe mit Pastinake und Kokosmilch

Sieht die gut aus. Oder sieht die gut aus? Hier vereint sich das zarte Gemüse mit kräftiger Rote Bete und mausert sich zu einer pinkfarbenen Augenweide. Kokosmilch und Meerrettich runden das Ganze ab. Und werden von gehackten Pistazien getoppt. [Zum Rezept](#)



Rote Bete Suppe mit Pastinake und Kokosnuss

Cremige Pastinakensuppe mit Speck

Pastinaken im Backofen rösten, mit Schalotten, Lorbeerblättern und Gemüse köcheln lassen, pürieren und voilà - fertig ist ein cremiges Süppchen für gemütliche Stunden auf der Couch. Was nicht fehlen darf? Würziger Speck - perfekt! [Zum Rezept](#)



Cremige Pastinakensuppe mit Speck

Pastinaken-Apfel-Suppe mit gebackener Lotuswurzel

Kaum etwas passt so gut zum würzigen Aroma der Pastinake, wie die Süße von fruchtigen Äpfeln. Dazu zwei Esslöffel weiße Miso-Paste. Und das süß-würzige Suppenglück ist perfekt. Mit knusprig gebackenen Lotuswurzelchips ein wärmender Sattmacher an kalten Tagen. [Zum Rezept](#)

15 Rezepte mit Pastinake, die du jetzt ausprobieren solltest



Pastinaken-Apfel-Suppe mit gebackener Lotuswurzel



Würziges Pastinaken-Kräuter-Pommes

Pastinaken-Pommes mit Parmesan

Keine Lust auf klassische Fritten? Diese kleinen Knusperlinge sind ein super Ersatz zu herkömmlichen Kartoffelpommes - ein kleines bisschen nussiger, ein kleines bisschen würziger und dank einer Decke aus geschmolzenem Parmesan auch ein kleines bisschen leckerer. [Zum Rezept](#)



Pastinaken-Pommes mit Parmesan

Kleine Pastinaken-Reibeküchlein mit Joghurt-Kräuter-Dip

Kartoffelklassiker, der Dritte! Im Rheinland geliebt, bei uns neu interpretiert - der Reibekuchen. Kartoffeln geben sich mit Pastinaken die Ehre und verwandeln sich in wenigen Minuten in knusprig-krosse Taler. Dazu ein herrlich erfrischender Joghurt-Kräuter-Dip. [Zum Rezept](#)



Kleine Pastinaken-Reibeküchlein mit Joghurt-Kräuter-Dip

Würziges Pastinaken-Kräuter-Püree

Was mit Pommes klappt, muss doch auch mit Püree funktionieren. Also Kartoffeln gegen Pastinaken ausgetauscht, in kochendem Salzwasser weich gegart und mit Kokosöl und Hühnerbrühe zu einem feinen Püree gemixt. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Petersilie und Dill verfeinern. [Zum Rezept](#)

Rosenkohl-Pastinaken-Pfanne

Rosenkohl? Ich hasse ... - Moment! Einmal diese herrlich würzige Pfanne probiert, bist du dem Wintergemüse verfallen. In Kombination mit Pastinaken, Honig, frischem Thymian und Knoblauch - ein herrlich nussiges Vergnügen. [Zum Rezept](#)

15 Rezepte mit Pastinake, die du jetzt ausprobieren solltest



Rosenkohl-Pastinaken-Pfanne

Asia-Nudeln aus Pastinaken

Zoodles sind nicht neu. Pastinakennudeln schon. Und damit eine herrliche Low-Carb-Alternative zu den üblichen Asianudeln. Wie du sie am besten zubereitest? Na so, wie du es auch mit klassischen Asianudeln machen würdest - mit allerhand Gewürzen, frischen Kräutern, cremiger Kokosmilch, ... [Zum Rezept](#)



Asia-Nudeln aus Pastinaken

Pastinaken-Pfanne mit Knoblauch-Chili-Hack

Gerade noch in der Theorie, jetzt in der Praxis. Pastinaken durch einen Spiralschneider drehen, Hackfleisch scharf anbraten und als feurig-scharfe Knoblauch-Chili-Hack-Pfanne genießen. [Zum Rezept](#)



Pastinaken-Pfanne mit Knoblauch-Chili-Hack

Geröstete Thymian-Pastinaken aus dem Ofen

Es müssen nicht immer Pommes sein. Chips schmecken auch ganz hervorragend - vor allem, wenn sie aus würzigen Pastinaken gemacht sind. Geht auch ganz einfach: Pastinaken in Scheiben schneiden, mit Olivenöl vermengen und mit Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken. [Zum Rezept](#)



Geröstete Thymian-Pastinaken aus dem Ofen

Cremige Pastinaken-Kartoffel-Suppe

So einfach, so cremig, so lecker! Hier treffen Wurzel- und Knollengemüse aufeinander und vereinen sich zu einer wunderbar sämigen Suppe. Für den würzigen Moment sorgen knusprig gebratener Speck, für das nussige Aroma eine Handvoll Kürbiskerne. [Zum Rezept](#)

15 Rezepte mit Pastinake, die du jetzt ausprobieren solltest



Cremige Pastinaken-Kartoffel-Suppe