

Pastinaken-Rezepte: 18 leckere Ideen



Pastinaken-Rezepte sind einfach unschlagbar! Es gibt nur wenig Gemüsesorten, die das beliebte Wurzelgemüse vom Thron schmeißen können. Höchstens das eine oder andere Petersilienwurzel-Rezept oder vielleicht ein paar Kreationen mit Steckrübe. Aber die mild-süßliche Pastinake mit ihrem wundervollen Aroma bleibt definitiv ganz oben auf dem Siebertreppchen. Ob als cremige Suppe, zu knusprigen Pommes geschnippelt oder zu deftigen Reibekuchen verarbeitet – kaum ein Gemüse ist vielfältiger als die weiße Knolle. Du suchst diesen Winter nach kreativer Kochinspiration? Dann lass dich von diesen 18 leckeren Pastinaken-Rezepten in den Bann des Wurzelgemüses ziehen. Von vegetarischen Leckereien bis hin zu modern-interpretierten Klassikern ist für jeden Genießer etwas dabei. Also ran an die Knolle und losgekocht!

Suppenhelden

Pastinakencremesuppe mit Walnuss-Birnen-Topping

Die Kombination aus Walnuss und Birne – unschlagbar. Zu Käse, auf deinem Brot oder in deiner Suppe. Besonders lecker ist die Kombi aber erst, wenn du sie als fruchtig-frisches Topping auf einer würzigen Suppe aus Pastinaken und aromatischen Gewürzen verspeist. [Zum Rezept](#)



[Pastinakencremesuppe mit Walnuss-Birnen-Topping](#)

Rote-Bete-Suppe mit Pastinake und Kokosmilch

Wie unfassbar gut sieht diese pinke Suppenkreation bitte 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 weil etwas Crunch natürlich nicht fehlen darf, toppst du das Süppchen mit knusprigen Gemüsechips. [Zum Rezept](#)



[Rote Bete Suppe mit Pastinake und Kokosmilch](#)

Cremige Pastinaken-Kartoffel-Suppe

So einfach, so cremig, so lecker! In dieser Suppenschüssel treffen Wurzel- und Knollengemüse aufeinander. Was

Pastinaken-Rezepte: 18 leckere Ideen

dann passiert, kannst du dir sicherlich schon denken: Im Nullkommanichts entsteht eine wunderbar sämige Suppe, die cremiger nicht sein kann. Für den würzigen Moment sorgen knusprig gebratener Speck und für das nussige Aroma einer Handvoll Kürbiskerne. [Zum Rezept](#)



[Pastinaken-Kartoffel-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](#)

Klassische Pastinakensuppe

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



[Pastinakensuppe](#)

Schwarzwurzel-Pastinaken-Suppe

Nicht ohne Grund sagt man "Zusammen kommt, was zusammen gehört!" In diesem Fall: Schwarzwurzel und Pastinake – als cremige Suppe und mit Milchschaum, Nussöl, Balsamicocreame, Belugalinsen und schwarzem Pfeffer verfeinert. Also schreib schon mal alle Zutaten auf deine Einkaufsliste. Ab Morgen probierst du täglich neue raffinierte Pastinaken-Rezepte aus! [Zum Rezept](#)



[Schwarzwurzel-Pastinaken-Suppe](#) © Frau Ziiri

Pastinaken-Möhren-Suppe

Für Pastinaken-Rezepte-Einsteiger ist diese Suppe

Pastinaken-Rezepte: 18 leckere Ideen

Pastinakensuppe mit Speck

Pastinaken im Backofen rösten, mit Schalotten, Lorbeerblättern und Gemüse köcheln lassen, pürieren und et voilà – fertig ist ein cremiges Süppchen für gemütliche Stunden auf der Couch. Was bei der Entspannungs-Leckerei nicht fehlen darf? Würziger Speck! Denn der verleiht der simplen Suppenbasis das gewisse Etwas. [Zum Rezept](#)



[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 2 Esslöffel weiße Miso-Paste und das süß-würzige Suppenglück ist perfekt. Obendrauf verteilst du noch ein paar knusprig gebackene Lotuswurzelchips, um den wärmenden Sattmacher abzurunden. [Zum Rezept](#)



[Pastinaken-Apfel-Suppe mit gebackener Lotuswurzel](#)

Teller- und Pfannengerichte

Entenbrust Sous Vide mit Portweinsauce und Pastinakenpüree

Es gibt doch immer etwas zu feiern, oder? Egal, zu welchem Anlass – Entenbrust Sous Vide erfreut alle Fleischliebhaber. Besonders dann, wenn du süß-saure Portweinsauce und luftiges Pastinakenpüree zum Festtagsschmaus servierst. Dein Gäste werden es dir danken! [Zum Rezept](#)



[Entenbrust Sous Vide mit Portweinsauce und Pastinakenpüree](#)

Frikadellen mit Pastinaken-Kartoffel-Püree und bunten Möhren

Ein Herz für Frikadellen! Die Fleischklopse gehören zu den Lieblingsspeisen eines jeden Kindes. Aber auch die Erwachsenen bekennen sich zur Frikadellen-Liebe. Wusstest du, dass die würzigen Leckerbissen besonders genial zu Pastinaken-Kartoffel-Püree und glasierten Möhren schmecken? Probier's mal aus! [Zum Rezept](#)

Pastinaken-Rezepte: 18 leckere Ideen



Frikadellen mit Pastinaken-Kartoffel-Püree und bunten Möhren

Low Carb Pastinaken-Pasta Primavera

Du isst für dein Leben gern frische Pasta, aber suchst nach einer Low-Carb-Alternative? Dann probier doch mal diese knackigen Pastinaken-Nudeln! Zusammen mit frischem Brokkoli, Erbsen, knackigen Möhren und Paprika nehmen die leichten Nudeln auf deinem Pasta-Teller Platz, um dir Höchstgenuss zu beschern. [Zum Rezept](#)



Low-Carb Pastinaken-Pasta Primavera

Asia-Nudeln aus Pastinaken

Zoodles sind definitiv keine Neuentdeckung, aber 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 und cremiger Kokosmilch.

[Zum Rezept](#)



Asia-Nudeln aus Pastinaken

Rosenkohl-Pastinaken-Pfanne

Du kannst dich überhaupt nicht mit Rosenkohl anfreunden? Glaub mir: Wenn du einmal diese unglaublich leckere Pfanne probiert hast, bist du dem Wintergemüse verfallen. In Kombination mit Pastinaken, Honig, frischem Thymian und Knoblauch erlebst du ein herrlich nussiges Gericht, das sogar der ganzen Familie schmeckt. [Zum Rezept](#)



Rosenkohl-Pastinaken-Pfanne

Pastinaken-Pfanne mit Knoblauch-Chili-Hack

Stell schon mal den Herd an und pack die Pfanne aus: Es gibt eine herrlich-würzige Gemüse-Hackfleisch-Pfanne, die dir den Feierabend versüßt! Dreh einfach die Pastinaken durch einen Spiralschneider und brate das

Pastinaken-Rezepte: 18 leckere Ideen

Hackfleisch scharf an – schon ist deine feurig-scharfe Knoblauch-Chil-Hack-Pfanne bereit zum Genießen. [Zum Rezept](#)



[Pastinaken-Pfanne mit Knoblauch-Chili-Hack](#)

Beliebte Beilagen

Pastinakenpüree

Was mit Kartoffeln klappt, muss doch auch mit Pastinaken funktionieren, oder? Also tauch doch mal die Kartoffeln gegen Pastinaken aus, gar sie in kochendem Salzwasser weich und verarbeite sie mit Butter und Milch zu einem feinen Püree. Fehlt nur noch etwas Salz, Pfeffer und Muskatnuss, um den Brei zu verfeinern. [Zum Rezept](#)



[Pastinakenpüree](#)

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

Ein echter Kartoffelklassiker! 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, der ordentlich Geschmack mitbringt. [Zum Rezept](#)



[Kleine Pastinaken-Reibeküchlein mit Joghurt-Kräuter-Dip](#)

Pastinaken-Rezepte: 18 leckere Ideen

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. Und du kannst mir glauben: Das geht auch ganz einfach! Pastinaken in Scheiben schneiden, mit Olivenöl vermengen und mit Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken. Schon hast du geröstete Pastinakenchips, die du hervorragend zu Fleisch und Fisch servieren kannst. [Zum Rezept](#)



Geröstete Thymian-Pastinaken aus dem Ofen