

28. Kalenderwoche 2014

REZEPTE

Palmkohl mit Tomaten

Zutaten:

Für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 25-30 Min.

700 g Palmkohl
6 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
250 ml Gemüsebrühe
40 g Pinienkerne
100 g durchw. Speck
1 Knoblauch

Den Palmkohl waschen und in Streifen schneiden.
In einem Bräter in 4 EL heißem Öl anbraten.
Mit Salz und Pfeffer würzen.
Die Brühe dazu gießen und den Palmkohl zugedeckt 10-15 Min. schmoren.
Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und herausnehmen.
Speck in Streifen,
Knoblauch in Scheiben schneiden.

250 g Tomaten
4 Zweige Basilikum

2 EL Öl in die Pfanne geben und die Speckstreifen darin knusprig braten.
Knoblauch zugeben.

80 g Pecorino

Tomaten achteln.
Basilikumblätter von den Stielen zupfen und mit den Tomaten in die Pfanne geben. 1 Min. offen dünsten und mit Pfeffer würzen. Palmkohl unterheben. Vor dem Servieren mit den Pinienkernen und gehobelem Pecorino bestreuen.

Spitzkohl im Blätterteig

Zutaten:

Für 4 Stück



Zubereitung:

Ca. 45 Min. + 35 Min. Backzeit (190 °C Ober- und Unterhitze)

300 g Vollkorn-
Blätterteig
1 Zwiebel
1 EL Butter
1 Spitzkohl

2 TL Sojasauce
1 TL Kümmel
Kräutersalz
1 Bund Schnittlauch
50 g Bergkäse
2 Eier
2 süße Sahne

Blätterteigplatten antauen lassen und auf einer bemehlten Fläche leicht ausrollen.
Zwiebel schälen, fein würfeln und andünsten.
Spitzkohl waschen, Strunk entfernen und in schmale Streifen schneiden.
Zur Zwiebel geben und 5 Minuten dünsten. Sud abgießen.

Sonnenblumenkerne
oder Leinsamen

Gemüse mit Sojasauce,
Kümmel
und Kräutersalz würzen.
Schnittlauch fein hacken;
Käse reiben und beides dazu geben.
Ein Ei
mit Sahne verquirlen und zu zwei Dritteln unter das Gemüse heben.
2 Esslöffel Gemüse in die Mitte jeder Blätterteigplatte geben. Ränder mit verquirltem Ei bestreichen und Teigplatte zu einer Tasche falten. Ränder fest andrücken.

Taschen mit restlicher Eiersahne bestreichen und mit Saaten bestreuen.