

Kappes & Bananen



Rezepte für jeden Geschmack

Rosenkohlblattgemüse

Zutaten: (2Pers.)

400g Rosenkohl,
1 Zwiebel,
2 Knoblauchzehen,
2 EL Butter,
1 rote Chilischote,
2 EL Crème fraîche,
Salz,
Pfeffer,
Muskat,
Kerbel

Zubereitung:

Die einzelnen Rosenkohlköpfchen putzen und in einzelne Blätter zerlegen. Dann in Salzwasser kurz blanchieren. Inzwischen die Zwiebel fein würfeln und in Butter andünsten, zwei Knoblauchzehen schälen und durch die Presse drücken. Sobald die Zwiebel weich ist, fein gewürfelt die rote Chilischote zugeben. Jetzt werden die abgetropften Blätter mitgeschwenkt, die Crème fraîche dazugegeben, mit Salz, Pfeffer und reichlich Muskat würzen. 2 Minuten einkochen – schon ist ein witziges Gemüse fertig. Grob zerzupften Kerbel unterrühren. Dazu kleine, knusprig gebratene Lammkoteletts servieren und frisches Weißbrot.