

Gefüllter Kohlrabi

vegetarisches Rezept

Zutaten (für 4 Portionen)

4 Kohlrabi ohne Blätter (je 300 g),

Salz,

60 g mittelalter Gouda geraspelt,

Butter für die Form.

Zutaten für die Füllung des Kohlrabi

200 g Kartoffeln,

200 g Blattspinat,

60 g mittelalter Gouda gewürfelt,

2 EL Öl,

100 ml Schlagsahne,

1 EL Zitronensaft,

Salz,

Pfeffer,

Muskat.

Zutaten für die Beilage aus Kartoffeln und Spinat

400 g festkochende Kartoffeln,

300 g Blattspinat, 1

Zutaten für die Sahnesauce

Zwiebel,

2 Knoblauchzehen,

100 ml Weißwein,

Zucker,

250 ml Schlagsahne,

2 EL Öl.

Zubereitung

Die Kohlrabi ..

schälen, das untere Ende ca. ½ cm gerade abschneiden. Die Kohlrabi in Salzwasser zugedeckt 30 bis 35 Minuten garen. Kalt abschrecken. Etwas auskühlen lassen und mit einem Kugel - Ausstecher – oder einem anderen geeigneten Werkzeug aushöhlen. 100 g vom Inneren klein würfeln.

Während die Kohlrabi kochen, die Füllung zubereiten

Den gesamten Spinat putzen, die Stiele entfernen und gut waschen. Den Spinat in kochendem Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und 2/5 davon klein herschneiden, den Rest ganz lassen oder nur halbieren und warm stellen. 200 g Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. 2 EL Öl in eine Pfanne geben, erhitzen und die Kartoffelwürfel darin wenden, dass sie von allen Seiten mit Öl überzogen sind. Hitze zurücknehmen und die Kartoffelwürfel 8 Min. braten. Klein gehackten Spinat und die Kohlrabiwürfel zugeben. Mit 100 ml Sahne aufgießen, den gewürfelten Käse zugeben und schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen und in die Kohlrabi füllen. Eine Auflaufform ausbuttern und die Kohlrabi hineinsetzen. Mit dem geraspeltten Käse bestreuen und bei Umluft mit 180 °C 25 Minuten backen.



WWW.KOCHBAEREN.DE

Rezepte > Gemüse > Rezept : Gefüllter Kohlrabi

Die Beilagen und die Sauce zubereiten

Die restlichen Kartoffeln waschen, schälen und in schmale Spalten schneiden. In Salzwasser 10 Min. weich kochen und ausdampfen lassen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. 2 EL Öl erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin glasig dünsten. Mit Wein ablöschen, aufkochen lassen und die restliche Sahne zugeben. Wenn etwas von der Füllung übrig geblieben ist, diese zugeben. Alles im Mixer fein pürieren.

Anrichten der gefüllten Kohlrabi

Auf vorgewärmte Teller zuerst die Kartoffeln außen herum verteilen. Dazwischen den Blattspinat verteilen, mit Sauce überziehen und die gefüllten Kohlrabi in die Mitte setzen.