

Gefüllte Kohlrouladen und Korallen-Chip

Für zwei Personen

Für den Kohl:

1 Weißkohl Salz

Für die Füllung:

50 g rote Linsen 1 Zwiebel 1 kl. Chilischote
50 g Schafskäse ½ Bund krause Petersilie ½ Bund frische Minze
1 TL Kreuzkümmel 1 EL Olivenöl Salz, Pfeffer

Für den Korallenchip:

20 ml Öl 6 g Mehl, Type 405 1 Msp. Kurkuma

Für die Fertigstellung:

1 rote Paprikaschote 1 gelbe Paprikaschote 40 g Crème fraîche
1 EL Butter 125 ml Gemüsefond 1 EL Öl
Salz Pfeffer

Für den Kohl: Den Strunk des Weißkohls herausschneiden und die äußeren Blätter entfernen. Einmal kurz abspülen und in einem Topf mit Salzwasser ca.

5 Minuten garen. Die äußeren Blätter sollten sich dann ablösen lassen.

Diese in kaltes Wasser legen und abtropfen lassen. Anschließend noch die dicken Blattrippen entfernen oder flach schneiden.

Sollten sich nicht genügend Blätter ablösen lassen, den Kohl erneut für einige Minuten in kochendes Wasser legen.

Für die Füllung: Zwiebel abziehen, fein würfeln, in Öl andünsten und Linsen zugeben. Mit 150 ml kochendem Wasser übergießen, kurz aufkochen lassen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 Minuten garen lassen.

Petersilie, Chilischote und Minze fein hacken. Schafskäse grob zerbröseln. Alles zusammen mit den gekochten Linsen mischen und mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken.

Für den Korallenchip: 20 ml Wasser, Öl und Kurkuma miteinander vermengen. Mehl mit einem kleinen Sieb einrieseln lassen und mit einem Schneebesen klumpenfrei verrühren.

Pfanne heiß werden lassen. Flüssigkeit mit einer Kelle in die Pfanne gießen und so lange braten lassen, bis kein Wasser mehr spritzt.

Den Chip langsam von der Pfanne lösen und zum Entfetten auf ein Küchentuch geben.

Für die Fertigstellung: Paprika putzen und in ca. 2 cm große Würfeln schneiden.

Kohlblätter mit einem Küchentuch trocken tupfen. Die Füllung auf die Kohlblätter verteilen. Die Seiten einschlagen und das Blatt vom Strunkende her aufrollen. Mit Küchengarn oder Rouladennadeln fixieren.

In einer großen Pfanne Öl erhitzen und die Kohlrouladen von beiden Seiten kurz anbraten. Paprika hinzugeben und Gemüsefond hinzugießen und einmal aufkochen. Mit geschlossenem Deckel bei geringer Hitze ca.

20 Minuten schmoren lassen. Anschließend Rouladen rausnehmen und warm stellen. Crème fraîche in die Brühe einrühren und bei Bedarf mit etwas Butter abbinden. Abschließend mit Pfeffer würzen und servieren.

Kohlrouladen auf Teller anrichten, Gemüsefond dazugeben und mit Korallenchip garniert servieren.

Daniel Kroneder am 16. Februar 2023