Spitzkohl, Kartoffelpüree, Trauben, Tahini-Dressing

Für zwei Personen

Für den Spitzkohl:

$\frac{1}{2}$ kleiner Spitzkohl 1 EL Olivenöl

Für die Marinade:

$\frac{1}{2}$ Limette, Saft 2 EL dunkle Sojasauce 2 EL Ahornsirup
1 Prise Kreuzkümmel 1 TL Chilipulver 1 TL Paprikapulver
 $\frac{1}{2}$ TL Salz

Für das Kartoffelpüree:

300 g mehligk. Kartoffeln $\frac{1}{4}$ Lauchzwiebel 1 Zitrone, Saft
80 g Butter 100 ml Milch Muskatnuss, Salz

Für das Tahini-Dressing:

1 Zitrone, Saft 1 EL griech. Joghurt 1,5 EL Tahini
 $\frac{1}{2}$ TL Honig Salz Pfeffer

Für die Weintrauben:

6 grüne Weintrauben $\frac{1}{2}$ EL Butter $\frac{1}{2}$ TL Honig
1 Zweig Thymian

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Zitrone, Abrieb 1 EL Sesamsamen 4 Zweige Koriander

Für den Spitzkohl:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den halben Spitzkohl noch einmal halbieren, den Strunk jedoch nicht abschneiden, damit der Spitzkohl zusammenhält. Die Kohlviertel in einer heißen Pfanne mit Olivenöl rundherum scharf anbraten, bis sie leicht gebräunt sind.

Für die Marinade:

Limettensaft auspressen. Mit Sojasauce, Ahornsirup, Kreuzkümmel, Chilipulver, Paprikapulver und Salz in die gleiche Pfanne geben und alles miteinander vermengen. Marinade großzügig über dem angebratenen Kohl verteilen. Marinierten Spitzkohl in eine Auflaufform oder ein Backblech legen und im Ofen für 20 Minuten schmoren, bis der Kohl weich ist und die Aromen gut aufgenommen hat.

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln waschen. Mit Schale in einem Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Lauchzwiebel in feine Ringe schneiden und beiseitestellen. Sobald die Kartoffeln weich sind (nach 15-20 Minuten), abgießen und durch eine Kartoffelpresse pressen. Die Schalen bleiben in der Presse und werden nach dem Pressvorgang jeweils entfernt.

Im selben Topf die Kartoffeln mit kalter Butter und Milch cremig rühren.

Mit Zitronensaft, Salz und Muskat abschmecken, nach Belieben mehr Milch für eine cremigere Konsistenz hinzufügen. Zum Schluss die Lauchzwiebel unterrühren, damit sie weich wird und ihren Geschmack an das Püree abgibt.

Für das Tahini-Dressing:

Zitrone auspressen und $\frac{1}{2}$ EL Saft auffangen. In einer kleinen Schüssel Tahini, Zitronensaft, Honig und griechischen Joghurt vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nach und nach 1-2 EL Wasser hinzufügen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Gut umrühren

und abschmecken. Anschließend in eine kleine Flasche abfüllen.

Für die Weintrauben:

In einer kleinen Pfanne Butter und Honig erhitzen. Weintrauben halbieren und in die Pfanne geben. Thymian abzupfen, mit anbraten und alles aromatisieren lassen, bis die Trauben leicht weich und glänzend sind.

Die Pfanne vom Herd nehmen und beiseite stellen.

Für die Garnitur:

Sesam in einer kleinen Pfanne ohne Öl kurz anrösten, bis sie goldbraun sind. Koriander fein hacken. Zitronenschale abreiben.

Das Gericht auf einen Teller geben und mit Tahini-Dressing großzügig beträufeln. Gerösteten Sesam, frischen Koriander und etwas Zitronenabrieb als Garnitur über das Gericht streuen, sowie ein wenig Zitronensaft über das Gericht geben und servieren.

Dennis Brünen am 28. Mai 2025