

Rotkohl-Röllchen

Für 4 Portionen:

1 Kopf Rotkohl (1 kg)

Füllung:

125 g Risotto-Reis	3 El Öl	2 Bund Frühlingszwiebeln
200 ml kräftige Gemüsebrühe	1 große Banane	120 g alter Gouda
Saft einer Orange		

Zum Würzen:

Salz, Pfeffer	gemahlener Koriander	Orangen-Abrieb
---------------	----------------------	----------------

Sauce:

200 g Hüttenkäse	1 Orange
------------------	----------

Zum Würzen:

Salz	eine Prise Zucker
------	-------------------

Vom Rotkohl den Strunk abschneiden und die äußeren Hüllenblätter entfernen. Den Kopf für etwa drei Minuten in kochendes Salzwasser tauchen, kalt abschrecken und acht größere Blätter vorsichtig lösen. Den restlichen Salat bei Seite legen.

Für die Füllung den Reis in einem El Öl andünsten. Frühlingszwiebeln waschen, putzen, in Ringe schneiden und zu dem Reis geben. Etwas Gemüsebrühe angießen, langsam verkochen lassen. Restliche Brühe angießen und etwa zehn Minuten garen bis alle Flüssigkeit verkocht ist.

Zu diesem Risotto den geriebenen Käse, die zerquetschte Banane und die Gewürze geben. Mit reichlich geriebener Orangenschale abschmecken.

Die Reisfüllung auf die acht Rotkohlblätter verteilen und jeweils wie ein Päckchen einschlagen. Eventuell mit Küchengarnt umwickeln.

Eine Pfanne mit einem El Öl ausfetten, die Rotkohlrollchen hineinlegen und mit dem restlichen Öl bepinseln. Erhitzen und etwas Orangensaft angießen.

Etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze garen, restlichen Orangensaft angießen, Röllchen wenden und weitere fünf Minuten garen.

Für die Sauce den Frischkäse mit Salz und etwas Zucker abschmecken. Die Orange großzügig schälen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und unter den Frischkäse heben. Diese Sauce wird zu den Rotkohlrollchen wie ein Dip kalt serviert.

Dazu passt am besten frisches Weißbrot.

Tipps:

Aus dem restlichen Rotkohl können Sie einen feinen Salat bereiten. Die Zutaten variieren Sie nach Lust und Laune mit süßen Früchten wie Orangen oder Ananas, mit Trockenobst wie Backpflaumen, Feigen oder Datteln. Orientalisch 'warme' Gewürze wie Ingwer, Zimt, Koriander passen zum winterlichen Image des Rotkohls.

Gleiches gilt für geschmorten Rotkohl. Exotische Würze und Zutaten vertragen sich mit dem einfachen Kohlgemüse bestens. Schmoren Sie nicht in Wasser, sondern in Apfel- oder Orangensaft oder gar in Glühwein. Wenn es besonders sättigend sein darf, geben Sie noch kleingehackte Maronen oder Nüsse hinzu.

test Januar 2002