

## Spitzkohl in Wein-Sahne-Sauce

### Zutaten für 4 Portionen:

1 großer Spitzkohl (oder 2 kleine) – Öl – Salz – Koriander – Beifuß – Thymian – 1/8 l Wasser – 1/8 l Weißwein – 1/8 l Sahne – 1 TL Apfeldicksaft – Petersilie

### Zubereitung:

- Spitzkohl vierteln und den Strunk entfernen
- Öl in einer Pfanne erhitzen und die Spitzkohlviertel darin von allen Seiten anbraten
- Die Viertel mit der Schnittfläche nach oben in eine feuerfeste Form (mit Deckel) legen, mit Salz, einer Messerspitze Koriander, ½ TL Beifuß und ½ TL Thymian würzen. Wasser und Weißwein darüber gießen
- Im Ofen bei 220°C auf der zweitobersten Schiene etwa 35 Minuten zugedeckt garen
- Wenn der Spitzkohl gar ist, die Dünstflüssigkeit in einen Topf gießen, mit der Sahne verrühren, aufkochen lassen und einen TL Apfeldicksaft unterrühren
- Die Sahnesauce über den Spitzkohl gießen und mit Petersilie bestreut servieren

Wir wünschen guten Appetit!

