

Spitzkohlgratin

Zutaten für 4 Portionen:

1 Spitzkohl – ¼ l Gemüsebrühe – Kräutersalz – Pfeffer – Muskat – 1 TL Zitronensaft – 1-2 EL Grünkernmehl – 3 Eier – 200 g Sahne – 150 g geriebener Käse – Curry- Butter

Zubereitung:

- Spitzkohl waschen, vierteln, den Strunk entfernen und die Blätter grobe Streifen schneiden
- Gemüsebrühe zum kochen bringen und den Spitzkohl darin ca. 10 Minuten garen
- Grünkernmehl unterrühren und mit Kräutersalz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken
- Den Kohl in eine gefettete Auflaufform geben
- Eier, Sahne und geriebenen Käse mischen, mit Salz, Pfeffer und Curry würzen und darüber gießen
- Butter in Flocken auf dem Gemüse verteilen und im Ofen bei 200°C etwa 20 Minuten überbacken
- Dazu passen Nudeln, Kartoffeln oder Reis

Wir wünschen guten Appetit!

