

## Speisen mit Sommerkohlartern

### **Blumenkohl in Holländischer Soße**

(4 Portionen)

<p>1 Blumenkohl Salz ¼ Liter Wasser</p> <p><u>Soße</u> 40 g Butter 40 g Mehl ½ Liter Blumenkohlwasser oder Milch 1 Eigelb</p> <p>Salz, Zucker, Zitronensaft 1 Prise Muskat 1 EL Butter</p>	<p>Vom Blumenkohl die Blätter und den harten Strunk entfernen. In Salzwasser waschen. In einzelne Röschen teilen und mit Salz überstreuen. Das Wasser zum Kohl geben, ankochen und 15 Minuten dünsten. In der Nachwärme 5 Minuten fertig garen. Die Blumenkohlröschen aus dem Topf nehmen und abtropfen lassen. (Gemüsewasser für die Soße auffangen.)</p> <p>Butter erhitzen, Mehl zugeben und unter ständigem Rühren hellgelb andünsten. Mit der Flüssigkeit unter Rühren ablöschen, aufkochen und 5 Minuten in der Nachwärme quellen lassen. Das Eigelb mit 1 bis 2 EL Soße verquirlen und in die nicht mehr kochende Soße einrühren. Mit Salz, Zucker, Zitronensaft und Muskat abschmecken. Mit Butter verfeinern.</p> <p>Die Soße schmeckt auch zu Spargel und Schwarzwurzeln.</p>
--	---

### **Blumenkohl mit Fenchel-Zwiebelsoße**

(4 Portionen)

<p>500 g Zwiebeln 1 Fenchelknolle</p> <p>40 g Butter Salz</p> <p>1 Blumenkohl</p> <p>2 Bund Petersilie 1/8 l Sahne Pfeffer Zucker</p>	<p>Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Den Fenchel waschen, putzen und fein würfeln. Das Fenchelgrün fein hacken. Die Butter zerlassen und die Zwiebeln darin dünsten. Zugedeckt ca. 10 Minuten garen, evtl. etwas Wasser zugießen. Die Fenchelwürfel zugeben. Mit Salz würzen und weitere 10 Minuten garen. Den Blumenkohl in Röschen teilen und waschen. In gesalzenem Wasser 12 bis 15 Minuten zugedeckt garen. Die Petersilie von den Stielen zupfen, fein hacken und mit der Sahne und dem Fenchelgrün pürieren. Die Sahne über das gedünstete Gemüse gießen. Mit Zucker und Pfeffer würzen. Den Blumenkohl abtropfen lassen und mit der Soße servieren.</p>
---	--

## Blumenkohl im Teigmantel

(4 Portionen)

1 Blumenkohl	Den Blumenkohl putzen und mit kaltem Wasser bedeckt aufsetzen, salzen, aufkochen und 15 Minuten ziehen lassen.
¼ Liter Wasser	Den Blumenkohl herausheben und abtropfen lassen. 1/4 Liter Wasser und 1/4 Liter Blumenkohlbrühe mit Butter aufkochen. Das Mehl hineinschütten und mit einem Holzlöffel umrühren, bis ein glatter Kloß entsteht. Den Topf vom Herd nehmen.
3EL Butter	
150g Mehl	Die Eier einzeln nach und nach in den Teig hineinarbeiten. Mit Salz und Muskat würzen.
4 Eier	Den Blumenkohl in eine flache Auflaufform geben. Mit dem Teig überziehen und bei 225° C im Backofen etwa 30 Minuten goldbraun backen.
Muskat	
Salz	Dazu passen Tomatensauce und gebratene Fleischklößchen.

## Überbackener Blumenkohl mit gefüllten Tomaten

(4 Portionen)

1 Blumenkohl	Den Blumenkohl putzen, waschen und in ½ l gesalzenem Wasser 15 Minuten garen. Den Kohl herausnehmen und in einer feuerfesten Form, die mit 1 EL Flocken ausgestreut ist, warm stellen. Das Blumenkohlwasser aufheben.
7 EL Instant Flocken	Milch und Schmelzkäse mit 5 EL Flocken verrühren, zum Blumenkohlwasser geben und kurz aufkochen. Die entstandene Käsesoße mit Muskat, Pfeffer und Paprika abschmecken.
1/8 l Milch	Die Tomaten waschen, einen Deckel abschneiden und aushöhlen. Aus dem ausgelösten Tomatenfleisch, dem Rinderhack, restlichen Flocken, Magerquark und der gehackten Zwiebel einen Fleischteig bereiten. Mit Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten mit dem Fleischteig füllen.
1 Ecke Schmelzkäse	Die Soße über den gegarten Blumenkohl gießen. Die Tomaten in die Form dazusetzen und das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 200° C etwa 20 Minuten überbacken.
Muskatnuss, Pfeffer	
Paprikapulver edelsüß	
4 Tomaten	
100 g Rinderhackfleisch	
2 TL Magerquark	
1 Zwiebel	
2 EL gehackte Kräuter	

## Blumenkohl-Rohkost

200 g Joghurt 2 EL Milch oder Sahne Salz, Zucker, Pfeffer, Muskat, Zitronensaft	} Aus den Zutaten eine Marinade herstellen.
½ Blumenkohl 1 kleine Birne	
	Den Blumenkohl waschen, putzen und in kleine Röschen teilen. Die Birne vierteln, das Kerngehäuse entfernen. Kohl und Birne in die Marinade hobeln oder raspeln.

## Brokkoli-Apfel-Salat

500 g Brokkoli	Den Brokkoli waschen, in Röschen teilen und in 5 – 8 Minuten bissfest garen. Anschließend mit kaltem Wasser abschrecken und abkühlen lassen.
1-2 Äpfel 100 g Schinken 1 kleine Dose Mais	Die Äpfel waschen, das Kerngehäuse entfernen und mit der Schale in Spalten schneiden. Den Schinken würfeln. Den Mais dazugeben.
<u>Marinade</u> 150 g Joghurt 1 EL Mayonnaise Pfeffer, Salz etwas Zitronensaft	} Aus den Zutaten eine Marinade herstellen und mit dem Salat mischen. Den Salat ca. 10 Minuten ziehen lassen.

## Brokkoli-Cremesuppe

(4 Portionen)

1 Brokkoli (500 g) 3 – 5 Lauchzwiebeln ca. 200 g Kartoffeln 1 TL Butter ¾ Liter Gemüsebrühe Salz, Pfeffer, Muskat	Das Gemüse waschen. Den Brokkoli in keine Röschen teilen, die Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Die Kartoffeln schälen und fein würfeln oder grob raspeln. Die Lauchzwiebeln in Butter andünsten. Den Brokkoli kurz mit dünsten, mit der Brühe ablöschen und würzen.
1 Schuss Sahne	Die Kartoffeln zugeben und 8 – 10 Minuten kochen. Die Suppe mit dem Pürierstab mixen und mit der Sahne abschmecken.
1 Scheibe Weißbrot	Das Brot toasten und in kleine Würfel schneiden. Die Suppe damit garnieren.

## Brokkoli-Quiche

(4 Portionen)

<p>300 g Blätterteig (TK) 500 g Brokkoli Salz</p> <p>1 Zwiebel 2 Knoblauchzehen 1 EL Öl</p> <p>200 g Frischkäse 3 Eier 200 g Sahne 100 g geriebener Parmesan Pfeffer Muskatnuss</p>	<p>Den Blätterteig auftauen lassen. Brokkoli putzen, waschen und in kleine Röschen teilen. Den Strunk schälen, würfeln und in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren. Die Röschen nach 2 Minuten dazugeben und mitgaren. Dann abgießen und abtropfen lassen.</p> <p>Zwiebel und Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Den Brokkoli untermengen. Den Backofen auf 160° C vorheizen.</p> <p>Die Blätterteigplatten überlappend nebeneinander legen und ausrollen. Einen Kreis ausstechen (26 cm) und in eine mit Backpapier ausgelegte Springform legen. Frischkäse mit Eiern, Sahne und der Hälfte des Parmesans glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Mit der Brokkolimasse vermengen. Auf den Teig geben und glatt streichen. Quiche mit dem übrigen Käse bestreuen und in ca. 40 Minuten goldbraun backen.</p>
---	--

## Kohlrabi-ohkost

(4 Portionen)

<p>200 g Joghurt 2 EL Zitronensaft ½ TL Honig Petersilie, Schnittlauch</p> <p>300 g Kohlrabi 1 Stange Lauch 80 g gehackte Haselnüsse</p>	<p>Aus Joghurt, Zitronensaft, Honig, fein gehackter Petersilie und fein geschnittenem Schnittlauch eine Marinade bereiten.</p> <p>Das Gemüse waschen und putzen. Den Kohlrabi in feine Streifen, den Lauch in feine Halbringe schneiden. Das Gemüse mit der Marinade und den Nüssen vermischen.</p>
--	---

## Kohlrabi-Rettich-Karotten-Salat

(4 Portionen)

<p>2 Kohlrabi 3 Karotten 2 rote Rettiche 1 Bund Frühlingszwiebeln</p> <p>250 g Joghurt 2 EL Zitronensaft 1 EL Honig Salz, Pfeffer</p>	<p>Die Kohlrabi und Karotten waschen, putzen, schälen und grob raspeln. Die Rettiche abbürsten und ebenfalls grob raspeln. Die Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Einen Teil davon mit dem geraspelten Gemüse in eine Schüssel geben.</p> <p>Den Joghurt mit Zitronensaft und Honig verrühren, salzen, pfeffern und mit dem Salat mischen. 30 Minuten durchziehen lassen und abschmecken. Mit Frühlingszwiebelringen bestreuen.</p>
---	--

## Kohlrabi-Karotten-Cremesuppe

(4 Portionen)

<p>1 großer Kohlrabi 250 g Karotten ¾ l Kalbsfond 1/8 l Apfelsaft</p> <p>1 Eigelb 100 g Sahne Salz 2 EL Zitronensaft 1 TL Honig Pfeffer etwas Kerbel</p>	<p>Das Gemüse waschen und schälen. Eine kleine Karotte beiseite legen, restliches Gemüse zerkleinern. Die Kohlrabiblättchen klein schneiden. Alles zusammen mit Fond und Saft zum Kochen bringen. Bei milder Hitze 20 Minuten köcheln lassen.</p> <p>Die Suppe pürieren und wieder auf den Herd stellen. Das Eigelb mit der Sahne verquirlen und die Suppe damit legieren.</p> <p>Mit Salz, Zitronensaft, Honig und Pfeffer abschmecken. Die übrige Karotte blanchieren und in feine Streifen schneiden. Die fertige Suppe mit Karottenstreifen und Kerbel garnieren.</p>
--	---

## Kohlrabi-Kartoffel-Auflauf mit Mozzarella

(4 Portionen)

<p>450 g Kartoffeln 2 Kohlrabi</p> <p>1 Zwiebel 250 g gekochter Schinken</p> <p>2 EL Öl 50 ml Gemüsefond Salz, Pfeffer geriebener Oregano 200 g Mozzarella ggf. 2 EL Kapern</p>	<p>Das Gemüse waschen.</p> <p>Die Kartoffeln in der Schale etwa 30 Minuten garen. Kohlrabi schälen, in breite Scheiben schneiden und etwa 15 Minuten in etwas Flüssigkeit garen.</p> <p>Die Zwiebel in feine Ringe schneiden.</p> <p>Den Schinken würfeln.</p> <p>Die Kartoffeln pellen, in Scheiben schneiden und zusammen mit Kohlrabi, Zwiebeln und Schinken in eine feuerfeste Form schichten.</p> <p>Das Ganze mit Öl beträufeln. Den Fond angießen, mit Salz und Pfeffer würzen und im vorgeheizten Backofen bei 200° C 10 Minuten garen. Die Form herausnehmen. Das Gemüse mit Oregano, (Kapern) und gewürfeltem Mozzarella bestreuen.</p> <p>Für einige Minuten überbacken, bis der Käse geschmolzen ist.</p>
---	---

## Marinierte Kohlrabischeiben

(4 Portionen)

<p><u>Marinade</u> 3 - 4 EL Apfelessig Salz, Pfeffer 3 EL Öl 3 EL Kürbiskernöl</p> <p>450 g Kohlrabi</p> <p>2 rotschalige Äpfel 3 - 4 EL Zitronensaft</p> <p>80 g geräucherter Schinken</p>	<p>Für die Marinade den Essig mit etwas Salz und Pfeffer verrühren. Beide Ölsorten mit einem Schneebesen kräftig darunterschlagen.</p> <p>Die Kohlrabi waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Sofort mit Zitronensaft beträufeln. Äpfel und Kohlrabi dachziegelartig auf eine flache Platte legen. Salzen und pfeffern. Die Marinade darüber verteilen. Den Schinken in Streifen schneiden und darüberstreuen. Dazu deftiges Brot servieren.</p>
---	---

## Rotkohl klassisch

(4 Portionen)

<p>1,2 kg Rotkohl</p> <p>2 Zwiebeln 3 Gewürznelken 1 Lorbeerblatt 40 g Fett (Schmalz) 2 EL Essig ¼ Liter Wasser</p> <p>3-4 Äpfel</p> <p>2 EL Zucker (oder 100g Johannisbeergelee) 1 Prise Zimt</p>	<p>Den Rotkohl waschen, vierteln, den Strunk entfernen und hobeln oder fein schneiden. Die Zwiebel schälen. Eine mit Nelken und Lorbeerblatt spicken. Die andere Zwiebel in Stücke schneiden.</p> <p>Das Fett zerlassen und die Zwiebelstücke darin andünsten. Den geschnittenen Rotkohl und Essig zugeben. Die gespickte Zwiebel und Wasser zugeben. Für 20 Minuten garen lassen.</p> <p>Die Äpfel waschen, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Die Äpfel zum Rotkohl geben und ca. 40 Minuten garen lassen, ab und zu umrühren. Mit Zimt und Zucker (Johannisbeergelee) abschmecken.</p>
--	--

## Apfelrotkohl

(4 Portionen)

<p>800 g Rotkohl</p> <p>400 g säuerliche Äpfel</p> <p>1 Zwiebel</p> <p>3 Nelken</p> <p>3 EL Öl</p> <p>1 ½ TL Salz</p> <p>¼ TL gemahlener Piment</p> <p>1 TL Senfkörner</p> <p>2 EL Apfelessig</p> <p>200 ml Apfelsaft</p> <p>1 EL Honig oder Zucker</p>	<p>Den Rotkohl waschen, vierteln, den Strunk entfernen und hobeln oder fein schneiden.</p> <p>Die Äpfel waschen, entkernen und würfeln.</p> <p>Die Zwiebel schälen und mit Nelken bespicken.</p> <p>Öl in einem Topf erhitzen. Rotkohl, Apfelwürfel und die Zwiebel zugeben.</p> <p>Salz und die weiteren Gewürze darüberstreuen.</p> <p>Essig und Apfelsaft auf den Kohl gießen und alles zum Kochen bringen. Im geschlossenen Topf bei schwacher Hitze ca. 35 Minuten weiterdünsten.</p> <p>Nach Belieben mit Honig verfeinern.</p> <p>Der fertige Rotkohl lässt sich gut einfrieren.</p>
---	---

## Rotkohlsalat mit Birnen

(4 Portionen)

<p>300 g Rotkohl</p> <p>2 kleine Stangen Lauch</p> <p>2 reife Birnen</p> <p>1 EL Zitronensaft</p> <p><u>Marinade:</u></p> <p>1 kleine Zwiebel</p> <p>2 EL Essig</p> <p>Salz</p> <p>2 TL grüne Pfefferkörner</p> <p>1 Bund Petersilie</p> <p>4 EL Öl</p>	<p>Den Rotkohl putzen, waschen, vierteln, den Strunk entfernen und hobeln oder fein schneiden. Mit kochendem Salzwasser übergießen. 3 Minuten ziehen lassen, danach das Wasser abgießen.</p> <p>Den Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. In Salzwasser für 3 Minuten blanchieren. Lauch aus dem Topf heben und mit kaltem Wasser abschrecken.</p> <p>Die Birnen waschen, schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Das Fruchtfleisch in feine Scheiben schneiden und sofort mit dem Zitronensaft beträufeln.</p> <p>Alle Salatzutaten in einer Glasschüssel vermischen.</p> <p>Für die Marinade die Zwiebel fein hacken.</p> <p>Den Essig mit Salz verrühren.</p> <p>Die Pfefferkörner abspülen und abtropfen lassen.</p> <p>Die Petersilie waschen und fein hacken. Pfeffer und Petersilie unterrühren.</p> <p>Dabei das Öl löffelweise dazugeben.</p> <p>Die Marinade getrennt zum Salat reichen.</p>
---	---

## Krautsalat mit Speck-Essig-Marinade

(4 Portionen)

<p><u>Marinade</u> 2 – 3 EL Essig 2 – 3 EL Wasser ½ TL Senf Pfeffer, Salz Zucker 150 g Speck nach Belieben: Knoblauch, Zwiebelwürfel</p> <p>500 g Rotkohl oder Weißkohl</p>	<p>Essig, Wasser und die Gewürze miteinander verrühren und abschmecken.</p> <p>Den Speck in Würfel schneiden und auslassen. Nach dem Abschmecken zur Marinade geben.</p> <p>Nach Belieben Zwiebelwürfel und Knoblauch untermischen.</p> <p>Den Kohl putzen, waschen und fein schneiden. Mit dem Fleischklopfer in einer Schüssel stampfen, damit er mürbe wird. Die Marinade mit dem Kohl vermengen und längere Zeit durchziehen lassen.</p>
---	--

## Weißkrautsalat mit Schäufele

(4 Portionen)

<p>2 Äpfel Saft von ½ Zitrone</p> <p>100 g Speck 30 g Butter</p> <p>600 g Weißkohl</p> <p>2 – 3 EL Sonnenblumenöl 2 EL Rapsöl 2 – 3 EL Weißweinessig Salz, Pfeffer 1 – 2 TL Kümmel Zucker</p> <p>250 g gegartes Schweinefleisch z. B. Schäufele, Kasseler</p>	<p>Die Äpfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Äpfel in dünne Scheiben schneiden und mit dem Zitronensaft marinieren.</p> <p>Den Speck möglichst klein würfeln und in zerlassener Butter anbraten.</p> <p>Den Weißkohl putzen, waschen, in Viertel schneiden. Den Strunk entfernen, den Kohl in feine Streifen schneiden oder hobeln.</p> <p>Die Kohlstreifen in einer Schüssel mit beiden Ölsorten, Essig, Salz, Pfeffer, Kümmel und 1 Prise Zucker vermischen. Das Kraut kräftig durchkneten.</p> <p>Apfelscheiben und Speck samt der Butter zufügen und untermischen. Den Salat zugedeckt 20 Minuten ziehen lassen.</p> <p>Das gegarte Fleisch in dünne Scheiben schneiden und auf Tellern verteilen. Den Krautsalat darauf anrichten und servieren.</p>
---	--

## Gefüllte Krautwickel

(4 Portionen)

<p>1 Kürbiskernbrötchen 1 Weißkrautkopf</p> <p>2 Karotten 2 Frühlingszwiebeln 1 Knoblauchzehe 3 EL Rapsöl</p> <p>400 g Hackfleisch gemischt 2 TL Majoran gerebelt Muskatnuss 1 Ei 1 Bund Petersilie Salz und Pfeffer</p> <p>50 ml Sahne 125 ml Gemüsebrühe</p>	<p>Das Kürbiskernbrötchen in Wasser einweichen. In einem großen Topf Wasser aufstellen. Den gewaschenen Kohlkopf in das kochende Wasser hineinlegen, so dass er vollkommen mit Wasser bedeckt ist. Bei mittlerer Hitze 10 Minuten garen, bis sich die Blätter leicht ablösen lassen.</p> <p>Die geputzten Karotten grob raspeln und die Menge halbieren. Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Den geschälten Knoblauch durch die Presse drücken. Zwiebeln und Knoblauch in 1 EL Öl glasig dünsten und zur einen Hälfte der Karottenmasse geben.</p> <p>Das Hackfleisch in 1 EL Öl mit Majoran und Muskatnuss krümelig braten. Zusammen mit dem Kürbiskernbrötchen, Ei und dem Bund gehackter Petersilie zur Karottenmasse geben, kräftig vermischen und mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.</p> <p>Vom Kohlkopf 8 Blätter vorsichtig abschälen und die dicken Rippen flach schneiden. Den restlichen Kohl vierteln und in feine Streifen schneiden mit 1 EL Öl zusammen mit der zweiten gehobelten Karotte und 1 TL Majoran unter ständigem Rühren 10 Minuten glasig dünsten. Währenddessen die Krautwickel füllen. Dazu auf jedes Blatt 2 gehäufte EL Hackfleisch geben. Die Blätter an den Seiten über die Füllung falten und wie Rouladen aufrollen. Mit Zahnstocher feststecken.</p> <p>Die Krautstreifen aus der Pfanne nehmen. 1 EL Öl erhitzen und die Krautwickel bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3 Minuten anbraten. Die Streifen auf die Seite geben, alles mit Sahne und Gemüsebrühe ablöschen. Weitere 15 Minuten zugedeckt garen. Krautstreifen mit Salz und Pfeffer abschmecken. Krautwickel und die Kraut-Streifen auf Tellern anrichten und mit der restlichen Petersilie bestreuen.</p> <p>Statt Weißkraut können Sie auch Wirsing verwenden. Dieses Gericht lässt sich gut vorbereiten und später auf kleiner Flamme oder im Backofen schonend erwärmen.</p>
--	--

## Weißkrautsalat

1 Kopf Weißkohl (600 g)	Den Weißkohl putzen, waschen, in Viertel schneiden. Den Strunk entfernen, den Kohl fein hobeln. In reichlich kochendes Salzwasser geben, 2 Minuten kochen lassen. Auf ein Sieb geben, kalt abschrecken, abtropfen und auskühlen lassen.
<u>Marinade</u> 2 – 3 EL Öl 3 EL Weißweinessig 1/2 EL Zucker/Honig Pfeffer, Salz, Kardamom	Aus den Zutaten eine pikante Marinade herstellen. Die Sauce unter den Kohl heben und den Salat für einige Stunden durchziehen lassen.

## Wirsingkohl klassisch

(4 Portionen)

1 kg Wirsingkohl	Den Kohlkopf putzen und den Strunk entfernen. Den Wirsing waschen und fein schneiden.
1 Zwiebel	Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Die Butter erhitzen. Die Zwiebel und die Wirsingstreifen darin andünsten. Mit Salz überstreuen.
40 g Butter	Das Wasser dazugeben und ankochen. Für ca. 30 Minuten dünsten und 5 Minuten in der Nachwärme fertig garen.
Salz	
1/8-1/4 Liter Wasser	
süße Sahne	Die Sahne unterrühren und mit den Gewürzen abschmecken.
Muskat, Pfeffer	

## Wirsing-Körbchen

(4 Portionen)

12 Wirsingblätter	Die Wirsingblätter abbrausen, trocken schütteln und in Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren. Abgießen und abtropfen lassen.
Salz	
1 Brötchen vom Vortag	Das Brötchen in Wasser einweichen.
1 Zwiebel	Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, die Petersilie waschen und alles fein hacken. Das Brötchen ausdrücken und zerpfücken.
2 Knoblauchzehen	
1 Bund Petersilie	
500 g Hackfleisch	Mit Hackfleisch, Eiern, Zwiebel, Knoblauch, Petersilie und Semmelbrösel verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2 Eier	
2 EL Semmelbrösel	Den Backofen auf 200° C vorheizen. Je 3 Wirsingblätter übereinander legen. Mit je 1/4 der Hackmasse füllen. Zu Körbchen formen und mit Küchengarn fixieren.
Pfeffer	
1 EL Butterschmalz	Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und die 4 Wirsingkörbchen darin kurz anbraten. Die Brühe angießen und alles mit aufgelegtem Deckel für ca. 30 Minuten im Ofen garen. Anschließend den Deckel entfernen und die Körbchen für 8 Minuten übergrillen.
200 ml Gemüsebrühe	