

Überbackener Rosenkohl

Servieren Sie das Gemüse zu zartem Lamm.

Dieses vegetarische Rosenkohlgericht ist schnell und einfach gekocht. Überbackener Rosenkohl mit Emmentaler Käse hat nur wenig Fett und ist damit das ideale Gericht für eine kleine Zwischenmahlzeit. Für alle, die auch gern einmal Fleisch essen, bietet sich der überbackene Rosenkohlauflauf mit Hackfleisch an. Man sollte immer ein Auge für den Backofen offen haben, damit der Rosenkohl goldgelb überbacken serviert werden kann.

Zutaten

- 750 g Rosenkohl
- 4 EL Semmelbrösel
- 100 g geriebener Emmentaler
- 4 EL Sahne
- Salz
- Pfeffer
- 1 Messerspitze Muskat
- 30 g Butter

Zubereitung

- Rosenkohl putzen, waschen und in wenig Salzwasser 10 Minuten kochen.
- Rosenkohl in einem Sieb gut abtropfen lassen. Rosenkohl in eine gebutterte feuerfeste Form geben.
- Semmelbrösel und Käse mit der Sahne verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
- Die Käsemasse auf dem Rosenkohl verteilen, mit Butterflöckchen belegen und im vorgeheizten Backofen 10 Minuten bei 220°C, Gas Stufe 4 überbacken.
- Den überbackenen Rosenkohl heiß servieren.



Veröffentlicht von Gourmet Magazin

<https://www.gourmet-magazin.de/rezepte/ueberbackener-rosenkohl/>