

Ofen-Rotkohl mit Birne und Ziegenkäse an Rosmarinbrot

Was Rotkohl so alles kann, wenn man ihn mit den richtigen Dingen konfrontiert



Portionen:

4

Zubereitungszeit

40 min.

Gesamtzeit

90 min.

Zutaten

GRUNDREZEPT:

- 1 Kopf Rotkohl
- 1 – 2 Rollen Ziegenkäse
- 2 – 3 Birnen
- 1 Stange Lauch
- 2 Zweige Rosmarin
- 1/2 Vollkorn-Ciabatta oder -Baguette
- 200 ml Birnensaft (Apfelsaft geht auch)
- eine Hand voll Pinienkerne
- eine Hand voll Sesamsaat
- (noch) eine Hand voll Brunnenkresse

FÜR DIE MARINADE:

- 6 Esslöffel Olivenöl
- 4 Esslöffel Aceto Balsamico
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 TL Dijon-Senf
- 2 TL Honig
- 1 Prise gemahlene Nelken
- 1 Prise Chiliflocken
- 1 Prise gemahlenen Zimt
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

>> Am besten natürlich alles in Bio-Qualität

Zubereitung

STEP 1 – Die Marinade für den Rotkohl

Ihr hackt zunächst mal den Knoblauch ganz fein oder schickt ihn der Einfachheit halber durch die Knoblauchpresse. In einer Schüssel vermengt ihr ihn mit dem Olivenöl, dem Balsamico Essig, Senf, Zimt und Honig. Falls Ihr ganze Nelken zur Hand habt, mörsert ihr sie schnell dazu, ansonsten tut's natürlich auch Pulver. Die Marinade mit Salz und Pfeffer abschmecken und zur Seite stellen.

STEP 2 – Ofen an und Messer raus

Der Backofen kann nun schon einmal auf 200° C bei Ober- und Unterhitze vorgeheizt werden. Während der Gute das nun selbstständig macht, nehmt Ihr Euch den Rotkohl vor. Ihr schneidet den Boden des Kohls einmal glatt ab. Danach schneidet Ihr den ganzen Kohl auf der Seite liegend (der Kohl, nicht Ihr) in ungefähr 2 cm breite Scheiben.

STEP 3 – Das Schnippeln geht weiter

Nun nehmt Ihr Euch die Birnen und den Lauch vor. Die Birnen gut abwaschen, mit Schale vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Den Lauch wascht Ihr ebenfalls gut und schneidet ihn in Ringe.

STEP 4 – Das Einpinseln

Nun legt Ihr die Rotkohlscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech. Falls Ihr ein backbleck mit höherem Rand habt, wäre jetzt die Zeit gekommen, es zu benutzen (muss aber nicht sein). Mit einem Pinsel oder anderweitigem Werkzeug bringt Ihr nun die Marinade großzügig auf den Rotkohlscheiben auf. Dazu gießt Ihr das Ganze mit dem Apfel- oder Birnensaft an und schiebt das Blech für 30 Minuten in den Backofen.

STEP 5 – Zwischenzeitlich ...

Während der Rotkohl entspannt im Ofen badet, röstet Ihr die Pinienkerne und die Sesamsamen kurz in der Pfanne an (vorsichtig, die werden echt sehr schnell schwarz) und rupft die Kresse klein.

STEP 6 – Das Tuning

Nach 30 Minuten das Backblech aus dem Ofen holen und die Birnenviertel zwischen die Rotkohlscheiben setzen, die Lauchringe über alles streuen und einen Zweig Rosmarin dazugeben. Der Ziegenkäse wird – je nach Konsistenz – entweder drübergebröseln oder in Scheiben über das gesamte Blech verteilt. Ein paar Tropfen Öl über die Birnenstücke und zurück in den Ofen für weitere 20 Minuten.

STEP 7 – In dieser Zeit ...

... zupft Ihr die Nadeln vom zweiten Rosmarinzwig ab und hackt sie gegebenenfalls etwas klein. Jetzt schneidet Ihr das Ciabatta in dünne Scheiben und röstet es in Olivenöl von beiden Seiten in der Pfanne an, bis es knusprig ist. Am Ende gebt Ihr die Rosmarinnadeln hinzu.

STEP 8 – Ofen aus und essen

Nach 20 Minuten holt Ihr den Rotkohl mit seinen Freunden aus dem Ofen und richtet ihn scheibenweise mit je einer oder zwei Birnen auf einem Teller an. Als Topping streuselt Ihr noch die Pinienkerne, die Sesamkörner und etwas Brunnenkresse über alles und ergänzt das Ganze mit etwas Rosmarin-Ciabatta. Natürlich könnt Ihr Brot und Toppings auch in extra Schüsseln auf den Tisch stellen, so dass jeder nach seinem Gusto zugreifen kann.