

Weißkohleintopf



Stufe 1



Zubereitungszeit: 45 Min.



Zutaten:

1 Weißkohlkopf
 3 EL Olivenöl
 1 Zwiebel(n)
 2 TL Kümmel
 1 EL Thymian
 2 EL Senf
 150 ml Gemüsebrühe
 75 g Mandeln
 25 g Pinienkern(e)
 Pfeffer



AMT Bratpfanne flach aus Aluguss



Gemüsemesser Klassiker von Windmühlenmesser



Continenta Schneidebrett aus Gummibaum Stirnholz mit 3 Schubladen



Cilio Kochlöffel Toscana Olivenholz mit Loch



Herbaria Kürbiskönig, Suppen- und Eintopfgewürz



WMF Messbecher Gourmet aus Glas, 0,5 Liter

1

Den Weißkohlkopf von den äußeren Blättern entfernen und den Strunk mit einem Gemüsemesser herausschneiden. Den Kohl mit einem großen Küchenmesser vierteln und danach in ca. 2 cm große Streifen schneiden.

2

Zwiebel in Spalten schneiden und in einem Schmortopf mit dem Öl glasig dünsten.

3

Den Kohl ebenfalls in den Schmortopf geben und umrühren, bis er leicht zusammenfällt.

4

Kümmel, Thymian und Senf dazugeben, mit Pfeffer würzen und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Den Eintopf bei geschlossenem Deckel 20 Minuten köcheln lassen.

5

Mandeln und Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne goldbraun rösten.

6

Den Weißkohl in Schalen servieren. Mit Mandeln und Pinienkernen garnieren.