

"Rotkohl 1001 Nacht"



Rotkohl, der ja als wenig wandlungsfähig gilt, wird mit diesem Rezept orientalisch duftig. Mit dem Gewürz 1001 Nacht machen wir ihn fit für die vegetarische Küche. Ein perfekter Begleiter für gebratenes Federvieh bleibt er sowieso.



Man nehme für 4-6 Portionen:

- 1 kg Rotkohl (1 kleinerer Kopf)
- 1 klein gehackte Zwiebel
- 1 EL Butterschmalz, vegetarisches Schmalz oder Margarine
- 2-3 EL Balsamico- oder Weinessig
- ca. ¼ L Rotwein, Weißwein oder Apfelsaft
- ca.1 EL Meersalz*
- 1 Lorbeerblatt*
- 3 EL Gewürzmischung 1001 Nacht*
- ca. 1 EL rote oder blaue Konfitüre (Himbeer, Johannisbeer) oder Pflaumenmus
- 1 klein geschnittener Apfel
- etwas frisch gemahlten schwarzen Pfeffer*
- evtl. 2 TL Butter-Mehlkloß oder 1 EL Butterschmalz.

_____ *in unserem Weltladen bio & fair erhältlich

Den Rotkohl nach persönlicher Vorliebe fein schneiden oder hobeln. Die gehackte Zwiebel im Butterschmalz (Margarine) mit den 3 EL 1001 Nacht Gewürz andünsten lassen, Rotkohl dazu geben, Essig darüber gießen (das erhält die Farbe) mit Wein oder Apfelsaft auffüllen. Mit Salz und Lorbeerblatt würzen. Nun bei kleiner Hitze ca. 45 Minuten dünsten. Nach 30 Minuten den klein geschnittenen Apfel und die Konfitüre hinzufügen und nach weiteren 10 Minuten probieren. Gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer und 1001 Nacht Gewürz nachwürzen. Soll der Rotkohl sämiger werden, kann noch ein Löffel Schmalz untergerührt, etwas mehr Konfitüre zugefügt oder die Flüssigkeit mit Butter-Mehlkloß gebunden werden.

Der Rotkohl passt in der vegetarischen Küche gut zu Körnerbuletten und Tofubratwürstchen, sowie zu indisch oder persisch gewürztem Reis. Eine gute Beilage ist er auch zu gebratenem Zander und paniertem Fischfilet. Mit Ente a l' Orange und Gans harmoniert er ebenfalls.

Viel Freude mit diesem Rezept wünscht Ihnen

Ihr Weltladen-ZeichenDerZeit Team!