



Salajoe®

w w w . s a l a j o e . d e



* und
Rosenkohl ☺

Gebratener Rosenkohl auf Paprikabett

(spät-)sommerlich frisch

Für vier Personen:

60 g grob gehackte Walnusskerne, geröstet
4 Paprikaschoten, geputzt, gewaschen und in grobe Stücke geschnitten
2 Zwiebeln, grob gewürfelt
150 g Schinkenspeck gewürfelt
1 kg Rosenkohl, geputzt, gewaschen und dem Stunk entlang geviertelt
Zitronensaft
1 EL Honig
Frisch geriebener Muskat
Salz, Pfeffer
Olivenöl zum Braten
Saure Sahne, nach Belieben mit Kräutern wie Petersilie vermengt

Zubereitung:

Zwiebeln und Paprika in einer Pfanne in heißem Öl braten,
mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend in einem Topf warmhalten.

Nun den Schinkenspeck in der Pfanne auslassen, die Würfel herausnehmen.

Danach im verbleibenden Speckfett die Rosenkohl-Viertel ca. 5-7 Minuten braun braten.

Honig zugeben, mit Muskat, Salz, Pfeffer würzen,
abschließend mit Zitronensaft und Walnüssen vermengen.

Das Paprika-Gemüse auf Teller verteilen und den gebratenen Rosenkohl darauflegen.

Mit einem Klecks Saurer Sahne servieren.