



ZUTATEN (4 PERS.)

1 Spitzkohl
1 Becher Sahne
1 TL Kümmel
100 gr. Schinken- oder Baconwürfel
1 TL gekörnte Brühe
Salz, Pfeffer nach Bedarf
Öl zum anbraten

Ein Rezept von Jutta Böttner, Attena

Spitzkohl

aus dem Backofen



ZUBEREITUNG

- Den Spitzkohl halbieren, dann vierteln. Den harten Strunk entfernen, dann die Viertel noch einmal teilen
- In einer geölten Bratpfanne die Achtel nach und nach anbraten, bis sie Farbe annehmen
- Als nächstes die Stücke nacheinander in eine (möglichst eckige) Auflaufform geben
- Schinkenwürfel, oder auch Frühstücksspeckscheiben, zu dem Spitzkohl geben
- Einen Becher Sahne öffnen und den Kümmel, die Brühe und die übrigen Gewürze dazugeben. Umrühren und die gesamte Mischung über den Spitzkohl gießen
- Dann die Auflaufform für ca. 45 Minuten bei 160 Grad, Ober/Unterhitze in den Backofen
- Dazu passen Salzkartoffeln

Tipps:

Wer keinen Kümmel mag, einfach weglassen. Vegetarier lassen auch den Speck weg. Eine mediterrane Note bekommt das Gericht, wenn man nach der halben Garzeit kleine Cocktailtomaten hinzufügt.