Nah&Frisch



Kuner, Thea Kochbuch Nr. 17 Professional

Gefüllte Kohlrabi

Hauptspeise Vegetarisch

Zubereitung

Kohlrabi schälen, mit einem Kugelausstecher das Innere heraushöhlen. Ausgehöhlten Kohlrabi in Salzwasser weich kochen, kalt abspülen und in eine feuerfeste Form schlichten. Kohlrabiabschnitte fein hacken und mit der gewürfelten Zwiebel in Butter andünsten, würzen und weich dünsten. Blattspinat und Muskat zugeben, durchdünsten, mit Mehl stauben, mit kalter Milch aufgießen und aufkochen lassen. Abschmecken und Masse in die Kohlrabi verteilen. Mit Parmesan bestreuen und im Rohr bei 180 °C ca. 15 Min. backen (bis der Käse braun wird). Dazu passen Petersilerdäpfel. **Tipp:** Jeden einzelnen Kohlrabi in ein Blätterteigquadrat einschlagen, mit Ei bepinseln und wie im Rezept backen.

Zutaten

- 4 Kohlrabi
- 1 kl. Zwiebel
- 1 EL Butter
- Salz und Pfeffer
- 200 g Blattspinat
- Kotányi Muskatnuss, gemahlen
- 3 EL Mehl
- 250 ml Milch
- 4 EL Parmesan