

Der Grünkohl - der Deutsche Klassiker unter den Wintergemüsen

Der Grünkohl ist am ehesten mit dem klassischen Wirsing, also dem Köch wie er bei uns genannt wird, zu vergleichen. Früher musste der Grünkohl einmal Frost ausgesetzt sein, um sein klassisches kohliges Aroma zu entwickeln. Die modernen Sorten brauchen das nicht mehr und sind daher schon im Herbst köstlich. Der Unterschied zum Wirsing ist, dass er Grünkohl von außen immer wieder beerntet werden kann und somit den ganzen Winter einen Ertrag liefert. Heute möchte ich euch gern 2 Rezepte mitschicken. Das erste ist ein sehr traditionelles Gericht. Das 2. aber eine moderne Zubereitung des Grünkohles.

Grünkohl nach traditioneller Art

- 1 großer Bund Grünkohl
- 2 Stk Kartoffel
- 4 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- Gemahlener Kümmel, Salz, Pfeffer,
- Öl
- 200ml Gemüsesuppe
- nach Geschmack Sauerrahm und Kartoffelstärke

Den Kohl gründlich waschen und vom Strunk befreien, Danach in 1-cm dicke Stücke schneiden und in kochendem Wasser blanchieren. In der Zwischenzeit die Schalotten, den Knoblauch sowie die Kartoffeln in kleine Stücke schneiden und in Öl anschwitzen. Danach mit dem blanchierten Grünkohl vermengen und mit der Gemüsesuppe aufgießen. Danach würzen und kochen bis die Kartoffel gar sind. Mit einem Kartoffelstampfer die Erdäpfelstücke zerstampfen und das ganze mit einem Löffel Sauerrahm verfeinern. Wem der Kohl zu flüssig ist, kann ihn mit einer Mehlschwitze oder Kartoffelstärke eindicken.

Dazu empfehle ich als Vorspeise eine kräftige Rindssuppe mit Gemüse und Grießnockerl. Das Fleisch der Suppe passt hervorragend zum Kohl. Die perfekte Beilage für dieses Gericht ist ein „Erdäpfelsterz“

Ich wünsche euch viel Spaß beim Nachkochen und einen warmen Bauch!!