Rezept

Rotkohl mit Quitten

Ein Rezept von Rotkohl mit Quitten, am 12.10.2024

Zutaten

- **1** kleiner Rotkohl (ca. 800 g)
- **2** Quitten
- **1 EL** Butter
- **1/4 l** Gemüsebrühe
- **4** Wacholderbeeren
- Salz
- **2 TL** Honig
- **1** rote Zwiebel
- **2** Bio-Orangen
- **1 EL** brauner Zucker
- **2** Gewürznelken
- **1** Lorbeerblatt
- schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 115 kcal

Zubereitung

1. Den Kohl von allen welken Blättern befreien, waschen und vierteln. Den Strunk aus der Mitte herausschneiden und die Viertel in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Quitten mit einem Tuch abreiben, vierteln und schälen. Das harte Kerngehäuse von beiden Seiten bis zur Mitte einschneiden und abheben. Die Quitten in Spalten schneiden. 1 Orange heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben. Den Saft beider Orangen auspressen.

2. Die Butter mit dem Zucker in einem Topf zerlassen. Die Quitten darin unter Rühren bei mittlerer Hitze 2 – 3 Min. andünsten. Kohl und Zwiebel 2 – 3 Min. mitbraten. Den Orangensaft und die Brühe dazugießen, Nelken, Wacholder und Lorbeer untermischen und den Kohl mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 45 Min. schmoren. Ab und zu umrühren und bei Bedarf noch etwas Brühe dazugießen.

3. Nelken, Wacholder und Lorbeer aus dem Kohl fischen. Rotkohl mit Honig, Orangenschale, Salz und Pfeffer abschmecken.