

Rezept

# Gebratener Weißkohl

Ein Rezept von Gebratener Weißkohl, am 25.04.2024

## Zutaten

<b>600 g</b> Weißkohl	<b>1</b> Zwiebel
<b>1</b> Knoblauchzehe	<b>1 Stück</b> frischer Ingwer (ca. 2 cm)
1-2 grüne Chilischoten	<b>3 EL</b> Ghee
<b>1 TL</b> Kreuzkümmelsamen	½ TL Kurkumapulver
Salz	Pfeffer
<b>1</b> ½ TL gemahlener Kreuzkümmel	<b>1 TL</b> gemahlener Koriander

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

## Zubereitung

1. Kohl vierteln, vom Strunk befreien, in feine Streifen schneiden, waschen, abtropfen lassen. Zwiebel, Knoblauch, Ingwer schälen. Mit Chilis fein hacken.

---

2. Das Ghee in einer Pfanne oder im Wok erhitzen, darin Zwiebel, Knoblauch, Ingwer, Chilis hellbraun anbraten. Kreuzkümmelsamen zugeben, 1 Min. mitrösten. Kurkuma und Kohl zugeben, unter Rühren 3 Min. braten. Übrige Gewürze dazugeben. Zugedeckt bei schwacher Hitze in ca. 10-12 Min. garen, dabei ab und zu umrühren. Evtl. ab und zu 1-3 EL Wasser zugeben, damit der Kohl nicht anbrennt.