

Rezept

Geschmorter Wirsing auf Pilz-Paprika-Rahm

Ein Rezept von Geschmorter Wirsing auf Pilz-Paprika-Rahm, am 24.01.2025

Zutaten

1 Wirsing (ca. kg)	2 kleine Zwiebeln
1 große Möhre	1 Stück Lauch (ca. 60 g)
250 g große braune Champignons	200 g Crème fraîche
350 ml Gemüsebrühe	2 EL Butter
Salz	Pfeffer
1/4 TL frisch geriebene Muskatnuss	1 TL getrockneter Majoran
2 TL edelsüßes Paprikapulver	1-2 Msp. Chilipulver

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min
| **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Wirsing waschen, äußere welke Blätter wegschneiden – man braucht idealerweise einen schönen kompakten Kopf. Den Kohlkopf längs achteln. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Möhre schälen, den Lauch putzen und waschen, beides in möglichst kleine Würfel oder Stücke schneiden. Die Champignons sauber abreiben, putzen und vierteln. 100 g Crème fraîche mit 150 ml Brühe verrühren und beiseitestellen.
2. Den Backofen auf 180° vorheizen. Butter in einem großen, möglichst flachen Bräter schmelzen, darin die Zwiebeln goldgelb andünsten. Möhre und Lauch dazugeben und unter Rühren 2-3 Min. mitdünsten, dann die Champignons dazugeben und 1-2 Min. mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Oregano, Paprika- und Chilipulver würzen. Die Gewürze kurz anschwitzen, dann restliche Crème fraîche und übrige Brühe gut unterrühren. Bräter vom Herd nehmen und die Kohlachtel auf dem Gemüse verteilen, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Bräter mit dem Deckel verschließen, den Wirsing im Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 45 Min. garen.
3. Bräter aus dem Ofen nehmen, Wirsingachtel wenden und mit der Crème-fraîche-Brühe-Mischung übergießen. Bräter wieder verschließen und im Ofen weitere 30 Min. garen. Den geschmorten Wirsing am besten direkt im Bräter auf den Tisch bringen. Dazu passen rohe Klöße.