

Rezept

Grünkohl-Malfatti mit Kürbisbutter

Ein Rezept von Grünkohl-Malfatti mit Kürbisbutter, am 28.06.2026

Zutaten

500 g Grünkohl	Salz
250 g Ricotta	2 Eier (Größe M)
100 g frisch geriebener Parmesan schwarzer Pfeffer	100 g Mehl frisch geriebene Muskatnuss
1 Stück Muskatkürbis (ca. 200 g)	4 Salbeiblättchen
1 Stück Bio-Zitronenschale (ca. 2 cm)	2 EL Pinienkerne
80 g Butter	2 EL Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 480 kcal

Zubereitung

1. Den Grünkohl waschen und die Blätter von den Stielen streifen oder schneiden. In einem Topf Wasser zum Kochen bringen und salzen. Den Grünkohl darin bei starker Hitze ca. 5 Min. sprudelnd kochen lassen. In einem Sieb kalt abschrecken und abtropfen lassen. Sehr gut ausdrücken und fein hacken.
2. Den Ricotta mit den Eiern, dem Parmesan und dem Mehl gründlich verrühren, den Grünkohl untermischen und alles mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
3. In einem großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen. Inzwischen aus dem Kürbis die Kerne mitsamt dem weichen Fruchtfleisch herauschaben. Den Kürbis schälen und zuerst in dünne Scheiben, dann in feine Streifen schneiden. Die Salbeiblättchen waschen und mit der Zitronenschale in feine Streifen schneiden.
4. Von der Ricottamasse mit zwei Teelöffeln Nocken abstechen und ins leicht siedende Wasser gleiten lassen. Die Malfatti darin bei schwacher Hitze in ca. 10 Min. gar ziehen lassen.
5. Inzwischen die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze goldgelb rösten und wieder herausnehmen. Die Butter und das Öl in die Pfanne geben und die Kürbisstreifen einrühren. Ca. 4 Min. braten, bis sie bissfest und leicht gebräunt sind. Dann den Salbei und die Zitronenschale untermischen und den Kürbis mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Die Malfatti mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und auf tiefe Teller verteilen. Die Kürbisbutter darüberlöffeln, die Pinienkerne aufstreuen. Die Malfatti gleich servieren.