

Rezept

Knusprige Mandelröschen

Ein Rezept von Knusprige Mandelröschen, am 12.06.2026

Zutaten

600 g Kohl (weißer und grüner Blumenkohl, Romanesco und/oder Brokkoli)	Salz
6 EL Butter	3 Scheiben Toastbrot
2 TL Puderzucker	4 EL Mandelblättchen
1 EL Marillen- oder Quittenessig (ersatzweise Apfelessig)	Pfeffer
	80 ml Gemüsebrühe (Instant)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 250 kcal

Zubereitung

1. Kohl waschen, putzen und in gleich große Röschen teilen. In einem breiten Topf Salzwasser aufkochen. Den Blumenkohl und Romanesco dazugeben und in ca. 6 Min. bissfest garen. Den Brokkoli nach 3-4 Min. mit ins Wasser geben. Dann das Gemüse in ein Sieb abgießen und eiskalt abschrecken.
2. Toastbrot entrinden und in kleine Stückchen zupfen. 4 EL Butter in einer Pfanne zerlassen. Das Brot und die Mandelblättchen darin bei mittlerer Hitze goldbraun rösten. Mit dem Puderzucker bestäuben und karamellisieren lassen. Salzen und pfeffern.
3. In einer zweiten Pfanne die übrige Butter aufschäumen lassen und die Kohlröschen darin kurz anbraten. Mit Essig ablöschen, die Brühe angießen und das Gemüse 1 Min. dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den knusprigen Mandelbröseln überstreuen und servieren.