

Rezept

Kohlröschen mit Senf-Käse-Sauce

Ein Rezept von Kohlröschen mit Senf-Käse-Sauce, am 09.06.2026

Zutaten

1 großer Blumenkohl (ca. 600 g)	1 großer Brokkoli (ca. 600 g)
1-2 EL Zitronensaft	Salz
Pfeffer	frisch geriebene Muskatnuss
200 g geriebener Emmentaler	200 g Frischkäse
200 g Sahne	4 TL mittelscharfer Senf

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal

Zubereitung

1. Blumenkohl und Brokkoli in feine Röschen teilen, waschen und abtropfen lassen. Brokkoli in einem Dämpfeinsatz über kochendem Wasser ca. 8 Min. dämpfen, bis er gar ist. Inzwischen den Blumenkohl mit 150 ml Wasser und 1 EL Zitronensaft zugedeckt in ca. 8 Min. weich dünsten.
2. Blumenkohl abtropfen lassen, Brokkoli kalt abspülen. Beides in einer Schüssel mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Emmentaler, Frischkäse, Sahne und Senf verrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Gemüse und Käse auf Tellern oder in Schälchen anrichten.
3. Das Raclettegerät vorheizen. Je 2-3 Kohlröschen in ein Pfännchen legen, mit 1-2 EL Käsemasse belegen und ca. 8 Min. überbacken, bis die Käsecreme ganz leicht beginnt zu bräunen.