

Rezept

Krautfleckerl mit Spitzkohl

Ein Rezept von Krautfleckerl mit Spitzkohl, am 19.01.2025

Zutaten

Salz	200 g	Lasagneblätter
3 EL neutrales Pflanzenöl	2	Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	1 kleiner	Spitzkohl (ca. 200 g)
2 TL Zucker	1 TL	edelsüßes Paprikapulver
1/2 TL gemahlener Kümmel	1 EL	Apfelessig
100 ml Gemüsebrühe (Instant oder selbst gekocht)		schwarzer Pfeffer
Küchenschere	1/2 Bund	Schnittlauch oder 1/2 Beet Kresse
100 g saure Sahne		

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

Zubereitung

1. In einem großen Kochtopf reichlich Wasser aufkochen und salzen. Die Lasagneblätter im sprudelnd kochenden Wasser nach Packungsangabe knapp bissfest garen. In ein Sieb abgießen und kalt sehr gut abschrecken. Dann die Platten in ca. 3 cm große Quadrate schneiden; das geht am besten mit einer Schere. Die Fleckerl mit 1 EL Öl gut vermischen, damit sie nicht aneinanderkleben.
2. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Den Spitzkohl putzen und in ca. 3 cm große Quadrate schneiden, diese waschen und gut abtropfen lassen.
3. In einer weiten, hochwandigen Pfanne die übrigen 2 EL Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze in ca. 7 Min. hellbraun anschwitzen. Den Kohl, den Zucker und das Paprika- und Kümmelpulver dazugeben. Alles unter Rühren in ca. 3 Min. hellbraun karamellisieren.
4. Mit dem Apfelessig ablöschen und die Flüssigkeit verdampfen lassen. Die Brühe angießen und den Kohl bei starker Hitze offen ca. 5 Min. garen.
5. Inzwischen den Schnittlauch kalt abbrausen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden beziehungsweise die Kresse mit der Schere vom Beet schneiden. Die Nudeln unter den Kohl heben, alles in ca. 2 Min. heiß werden lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren die Portionen mit jeweils der Hälfte der sauren Sahne krönen und mit Schnittlauch oder Kresse bestreuen.