Rezept

Spitzkohl-Cabanossi-Kuchen

Ein Rezept von Spitzkohl-Cabanossi-Kuchen, am 06.06.2025

Zutaten

Für den Belag:

- **1** Zwiebel
- **1 EL** Öl
- **1 TL** gemahlener Kreuzkümmel
- Salz
- **120 g** Kabanossi
- **1** Spitzkohl (1 kg)
- **1 TL** scharfes geräuchertes Paprikapulver
- **1 TL** Honig
- Pfeffer

Für den Teig:

- **200 g** Magerquark
- **300 g** Dinkelvollkornmehl
- Salz
- **8 EL** Öl
- **¾ Pck.** Backpulver (12 g)

Außerdem:

- Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Blech (18 Stücke) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 155 kcal, 9 g F, 6 g EW, 13 g KH

Zubereitung

1. Für den Teig den Quark auf ein feines Sieb geben und ca. 15 Minuten abtropfen lassen. Für den Belag die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Spitzkohl waschen, vierteln und in feinen Streifen vom Strunk schneiden. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Zwiebel darin andünsten. Den Kohl zugeben und unter Wenden 10 Min. dünsten. Mit Paprikapulver, Kreuzkümmel, Honig, Salz und Pfeffer würzen, abkühlen lassen.

2. Backofen auf 200° vorheizen. Für den Teig den abgetropften Quark mit dem Öl in einer Rührschüssel mischen. Das Mehl mit Backpulver und 1 TL Salz in einer zweiten Schüssel mischen. Die Hälfte des Mehles zur Quarkmischung geben und unterrühren. Die zweite Hälfte zugeben und unterkneten, bis ein glatter Teig entstanden ist. Je nach Konsistenz 3-5 EL Wasser unterkneten. Den Teig auf einem leicht bemehlten Stück Backpapier zu einem Rechteck in Blechgröße ausrollen. Mitsamt Backpapier auf das Backblech ziehen und mit den Fingern bis an den Rand drücken.

3. Den Belag auf den Teig geben und gleichmäßig verteilen. Die Cabanossi pellen, in dünne Scheiben schneiden und auf dem Belag verteilen. Den Kuchen im vorgeheizten Ofen 25 Min. backen. In Stücke schneiden und warm servieren.