

Gebackener Ofenkohl

Die Rezepte können als mögliche Einkaufsvorlage dienen und sind für geübte Köche als Gedankenstütze formuliert.

Ein im Ganzen geschmorter Weisskohl

Gemüserezept

Schweiz

Vorbereitung

Kochzeit

Menge für

Zutaten für Einkaufsliste

Pos.	Menge	Einheit	Zutaten
------	-------	---------	---------

Zutaten

1	1	Stück	Kohl
---	---	-------	------

Anleitung Zubereitung

- 1 Den ganzen Kohl auf einem mit Backpapier ausgelegten Ofenblech bei 160 bis 180 Grad Ober- und Unterhitze ca. 1 1/2 Stunden schmoren
- 2 Die äusseren angetrockneten Blätter entfernen, etwas abkühlen lassen.
- 3 In Stücke schneiden, eine Marinade aus Olivenöl, Pfeffer und Salz und optional etwas Orangensaft darüber geben.
- 4 Der Kohl kann aber einfach auch in Stücke geschnitten als Gemüsebeilage genossen werden.

