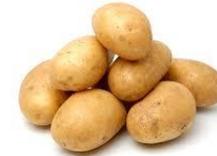
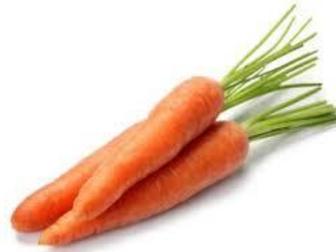


Herzhafter Weißkohleintopf mit Kasseler

Zutaten für 6 Personen:

- 300g Möhren
- ½ Weißkohlkopf
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 400g Kartoffeln (festkochend)
- 2 Zucchini
- 1l Gemüsebrühe
- 500g Kasseler (alternativ Wienerwürstchen)
- 2EL Öl
- 1EL Gemahlener Kümmel
- Salz, Pfeffer



Zubereitung :

- 1) Gemüse putzen und in mundgerechte Stücken schneiden, Kartoffeln schälen und in Würfeln. Auch das Kasselerfleisch in Würfel schneiden.
- 2) Öl in einem hohen Topf erhitzen und Kasselerfleisch 3-5min nicht zu scharf anbraten, dann den Kohl und die Möhren hinzufügen und 1-2min mit anschwitzen.
- 3) Das Gemüse mit der Brühe ablöschen und mit Kümmel, Salz und Pfeffer würzen. Die Hitze etwas reduzieren und den Eintopf zugedeckt 15min köcheln lassen.
- 4) Dann die Zucchini, Frühlingszwiebeln und Kartoffeln dazugeben und alles weitere 20min kochen lassen.. Den Eintopf vom Herd nehmen und nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und Servieren.

TIP: Wer keinen Kümmel mag, lässt ihn einfach weg. Wer statt Kasseler Wienerwürstchen nutzt, gibt diese mit den Zucchini zum Eintopf.

Rosenkohlaufauf (in 20 Minuten fertig)

Zutaten für 4 Personen:

- 500-600g Rosenkohl TK oder frisch
- 250g gekochter Schinken (Kassler geht auch)
- 250g mittelalter Gouda (geraspelt)(andere Käse ab 45%Fett gehen auch)
- 200g Crème fraiche
- Salz, Fett für die Auflaufform
- 30g gehobelte Haselnüsse (schmeckt auch ohne)



Zubereitung :

- 1) Den Rosenkohl (TK Ware: unaufgetaut/ frisch: geputzt) in kochendes Salzwasser geben und 7-8 Minuten darin vorgaren. Backofen vorheizen 250 Grad Ober- und Unterhitze
- 2) Den Kochschinken in feine Streifen schneiden.
- 3) Den Raspelkäse mit Crème fraiche verrühren.
- 4) Den abgetropften Rosenkohl in eine feuerfeste, gefettete Form geben und die Schinkenstreifen darauf verteilen.
- 5) Die Käse-Crème-fraiche-Mischung darüber geben und ggf mit den gehobelten Haselnüssen bestreuen.
- 6) Den Rosenkohl bei 250 Grad 10 Minuten auf der 2. Einschubleiste von unten überbacken.

*Guten
Appetit*