

Hier und heute

Spitzkohl-Lasagne

In der kalten Jahreszeit hat Kohl in unseren Breiten Saison. Spitzkohl ist Alexander Wulfs Favorit. Statt mit Pasta schichtet unser Sternekoch aus den süßlich-aromatischen Blättern eine leckere Lasagne mit pikanter Hackfleisch-Reis-Füllung.

Das Rezept

von Alexander Wulf für vier Personen

Zutaten für die Tomatensoße

- 500 ml Geflügelfond
- 200 g Dosentomaten, in Würfel geschnitten
- 1 Karotte, fein raspeln
- 1 Paprika, in Würfeln
- 1 Gemüsezwiebel, in Würfeln
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Knoblauchzehe
- 50 ml Sonnenblumenöl
- 1 Chili, kleine Würfel
- Salz und Pfeffer
- optional Käse wie Parmesan, Gouda etc.

Zubereitung

Zwiebeln, Chili und Lorbeerblätter in einem Topf in Öl anschwitzen.

Die kleingeschnittenen Spitzkohlreste dazugeben.

Fein geraspelte Karotte und gewürfelte Paprika ebenfalls mit anschwitzen. Zum Schluss die klein geschnittenen Dosentomaten kurz mitanschwitzen.

Dann alles aufkochen, mit dem Geflügelfond aufgießen und zu einer sämigen Sauce einkochen lassen.

Zutaten für die Spitzkohl-Lasagne

- 1 Spitzkohl
- 600 g Gehacktes nach Wahl
- 80 g Reis
- 1 große Zwiebel, gewürfelt
- 5 EL Milch, kalt
- 3 EL Panko oder Semmelbrösel
- Je 1 kleiner Bund Petersilie und Koriander
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zunächst den Reis bissfest garen. Zwiebelwürfel anbraten.

Petersilie und Koriander fein hacken.

Gehacktes mit Zwiebel, Panko, kalter Milch, Salz, Pfeffer, den Kräutern und dem bissfest gekochten Reis mischen und kaltstellen.

In der Zwischenzeit Spitzkohl-Blätter vom Strunk entfernen und kurz in Salzwasser blanchieren. In kaltem Wasser abschrecken und auf einem Tuch trocknen lassen.

Eine Auflaufform mit Spitzkohlblättern belegen. Wenn vorhanden, die einzelnen Blätter mit einem Bunsenbrenner abflämmen – das bringt tollen Röstgeschmack.

Hier und heute



Etwas Hackmasse auf den Spitzkohl geben und darauf Tomatensoße verteilen. Schichtvorgang zwei bis dreimal wiederholen.

Nach Geschmack den oberen Teil der Lasagne mit etwas Käse bestreuen. Bei 180 Grad für ca. 50 Minuten im Ofen backen.

Tipps:

- Wer mag, kann auch zwischen die Schichten Käse geben.
- Kartoffeln vom Vortag in Scheiben schneiden und als Schicht in die Lasagne einarbeiten.
- Das Innere des Spitzkohls kleinschneiden und zur Tomatensoße geben.