

Vincent Klink

Donnerstag, 8. November 2012

Rosenkohlragout mit gefüllten Pfannkuchen, Rezept für 4 Personen

Zutaten

Für das Rosenkohlragout:

800 g Rosenkohl
Etwas Salz
1 Schalotte
1 EL Butterschmalz
1 TL Mehl
150 ml Sahne
100 ml Gemüsebrühe
Etwas Pfeffer, Muskat

Für die gefüllten Pfannkuchen:

100 g Mehl
2 Eier
2 EL flüssige Butter
200 ml Milch
Etwas Salz, Pfeffer
je 1/2 Bund Schnittlauch und Blattpetersilie
3-4 EL Butterschmalz
2 Schalotten
1 EL Butter
3 EL Walnusskerne
100 g Camembert
150 g Frischkäse



Zubereitung

Rosenkohl putzen, die äußeren, beschädigten Blätter entfernen. Den Strunkansatz kreuzweise einschneiden und die Röschen im kochenden Salzwasser ca. 5 Minuten garen, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Schalotte schälen, würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anbraten, Rosenkohl zugeben, mit Mehl bestäuben, mit Sahne und etwas Gemüsebrühe ablöschen und einmal aufkochen. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Pfannkuchen Mehl, Eier und flüssige Butter gut vermischen, dann die Milch untermischen und den Teig mit Salz und Pfeffer würzen. Eine halbe Stunde ruhen lassen, evtl. noch etwas Milch zugeben, wenn der Teig nicht flüssig genug ist.

Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Kräuter unter den Teig mischen und in einer Pfanne mit Butterschmalz nach und nach aus dem Teig dünne Pfannkuchen ausbacken. Pfannkuchen warm stellen.

Für die Füllung die Schalotten schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Walnusskerne grob hacken. Camembert zerdrücken und mit Frischkäse, Walnüssen und Schalotten vermischen, abschmecken.

Die Mischung in auf die Pfannkuchen streichen, Pfannkuchen zusammenfalten und mit dem Rosenkohlragout anrichten.

Pro Portion: 934 kcal / 3917 kJ
30 g Kohlenhydrate, 26 g Eiweiß, 79 g Fett