



Kohlrabi mit Süsskartoffel

Kohlrabi sind von April bis November erhältlich, er wächst sehr schnell und ist eines der ersten Gemüse im Frühling und ist dann besonders zart. Auch das Blattwerk ist essbar, sehr aromatisch und sollte unbedingt mitgekocht werden. Intensive Gewürze passen nicht zum Kohlrabi. Eine rahmige Sauce mit etwas Senf und Zitrone ist da eine gute Wahl.

Dazu passen im Ofen gebackene Süsskartoffeln ausgezeichnet. Die Süsskartoffel ist nicht mit der Kartoffel verwandt und kommt mit viel kürzeren Garzeiten aus. Auch sie kommt mit wenig Gewürz aus: Salz, sparsam Pfeffer und kleine Zwiebelstücke, die mitgebacken werden.

Zutaten (1 Portion)

- 1 Kohlrabi mit Kraut ca. 350g
- 1,5dl Gemüsebouillon
- 40g Sauerrahm
- 1Tl Zitronenzesten
- 1Tl Dijon-Senf

- 1 Süsskartoffel ca. 200g
- 2 kleine Zwiebeln
- Salz und Pfeffer
- Sonnenblumenöl

Zubereitung

Süßkartoffel schälen und länglichen Spalten schneiden. Zwiebeln halbieren und zu grobe Scheiben schneiden. Süßkartoffel auf ein Backblech legen, die Zwiebelstücke zwischen die Süßkartoffel schieben. Mit Salz und wenig Pfeffer würzen. Mit Sonnenblumenöl einpinseln.

Ofen auf 180° vorheizen.

Blattwerk vom Kohlrabi abschneiden, die Blattrippen herausschneiden und die Blätter zu schmalen Streifen schneiden. Kohlrabi schälen, halbieren und zu ca. 5mm dicken Scheiben schneiden.

Bouillon aufkochen, Kohlrabi und die Blätter zugeben. Ca. 30 Minuten köcheln lassen bis die Kohlrabi nur noch leicht bissfest sind.

Süßkartoffeln in den Ofen schieben und 20 Minuten backen.

Sauerrahm, Zitronenzesten und Senf miteinander vermischen. Unter die Kohlrabi mischen und kräftig aufkochen, damit die Sauce gut auf die Hälfte einreduziert wird. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.





