



## Cima di Rapa - Stängelkohl

Stängelkohl ist vor allem in der südlichen Küche beliebt. Bei uns ist er oft nur im Italiener- oder Türkenladen zu finden. Darum nenne ich ihn Cima di Rapa (ital.) oder Rappa (türk.). Vom Gemüse können die Blütenröschen, die Blätter und die dünneren Teile der Stengel verwendet werden. Er schmeckt etwas bitter, kohlig und erinnert leicht an Broccoli.

### Zubereitung

Cima di Rapa rüsten, die dicken Stängelteile am Strunk wegschneiden. Die zwischen den Stielen versteckten Blüten herauslösen. Stiele und Blätter in ca. 5-6 cm lange Stücke resp. Streifen schneiden und separieren.

In Salzwasser blanchieren. Zuerst die Stängel ca. 1 Minute ins Wasser geben, danach die Blätter und Blüten zugeben. Nach ca. 5 Minuten ist das Gemüse gar und kann abgeseigt werden. Als Gemüsebeilage kann der Cima di Rapa nur kurz in mit etwas Knoblauch gewürztem Olivenöl gewendet und sogleich angerichtet werden.

Cima di Rapa sollte möglichst frisch zubereitet werden, bereits nach 2-3 Tagen wird er zäher, was aber zum Teil durch eine längere Garzeit ausgeglichen werden kann.

Er mundet auch mit einer einfachen Sauce (Olivenöl, Balsamico) als lauwarmer Salat angerichtet vorzüglich.



*Cima di Rapa zusammen mit Ochsenschwanzragoût und Rösti*