Gefüllter Kohlrabi aus dem Ofen.

30 Min. Vorbereitung | **65 Min.** Gesamtzeit | **mittel** Aufwand

Zutaten für: 2 Portion(en)

2		große(r) Kohlrabi
		Salz
1,0		Zwiebel(n)
200	g	gemischtes Hackfleisch (z.B. Mühlenhof)
1,0		Ei(er) (z.B. respEGGt)
1,0	TL	TK-6-Kräuter-Mix (z.B. Naturgut)
200	ml	Gemüsebrühe (z.B. Naturgut)
50	g	Sahne
		Pfeffer
2	EL	Emmentaler, gerieben

Zubereitung:

1. Kohlrabis schälen und in kochendem Salzwasser ca. 10 Min. vorgaren. Dann etwas abkühlen lassen.
2. Währenddessen Zwiebeln schälen und fein würfeln.
3. Zwiebelwürfel mit Hackfleisch, Eiern und Kräutern mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
5. Bei den vorgegarten Kohlrabis an einem Ende einen breiten „Deckel" abschneiden. Kohlrabis mit einem Löffel – oder besser einem Kugelausstecher – vorsichtig aushöhlen, dabei einen ca. 1 cm breiten Rand stehen lassen.
6. Ausgehöhltes Kohlrabifruchtfleisch fein würfeln und die Hälfte davon unter die Hackmasse ziehen.
7. Kohlrabis mit der Masse füllen und in eine ofenfeste Form setzen.
8. Brühe und Sahne angießen. Wichtig: Die Kohlrabis sollten zur Hälfte in Flüssigkeit stehen. Die restlichen Kohlrabiwürfel hinzufügen.
9. Entweder einen Deckel aufsetzen oder die Form mit Alufolie abdecken. In den heißen Ofen schieben und ca. 30 Min. schmoren.

PENNY.

Gefüllter Kohlrabi aus dem Ofen.

2. Seite / es geht lecker weiter

Zubereitung:

10 Dann Alufolie entfernen, geriebenen Käse darüberstreuen und ca. 5 Min. überbacken – am besten bei eingeschalteter Grillfunktion.

11 Kohlrabis mit der Soße in tiefen Tellern anrichten.

Tipp: Dazu schmecken Salzkartoffeln.

PENNY.