



Rezepte!

Vorschläge für Euer Gemüse Kohlrabi

Kohlrabi-Caesar-Salat - knackige Kohlrabi und cremiges Dressing mit knusprigen Croutons... einfach lecker! Geht allein als Salat und ist auch eine richtig gute Beilage beim Grillen.

Zutaten:

2 mittelgroße Kohlrabi, 1 kleiner Römersalat, ca.90 g Parmesan (oder Hefeflocken), 2-3 Scheiben kräftiges Brot oder Baguette, 150 g Lieblingsjoghurt, 1 EL Zitronensaft, 1 TL Dijon-Senf, 1 TL Kapern (sehr fein gehackt), 1 TL Honig o. Ahornsirup, 2 EL Olivenöl, Salz und schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Geschälten Kohlrabi in feine Stifte schneiden, Blätter fein hacken.

Römersalat in mundgerechte Stücke zupfen.

Für das Dressing Joghurt, 60 g geriebenen Parmesan, Zitronensaft, Senf, Kapern, Honig/Ahornsirup und 1 EL Olivenöl miteinander verrühren. Ggf. mit etwas Wasser auf die gewünschte Konsistenz bringen und kräftig mit Pfeffer und bei Bedarf etwas Salz abschmecken.

Für die Croutons das Brot würfeln und mit dem restlichen Olivenöl in einer Pfanne rundherum goldbraun und knusprig rösten. Leicht salzen und beiseitestellen.

Kohlrabi und Salat mit dem Dressing vermischen und anrichten, mit Croutons toppen und schmecken lassen.



Reste der Aubergine, die nicht groß genug für ein Cordon-Bleu waren, können kleingeschnitten mit dem Rest Panko und Ei vermischt und zu kleinen Bällchen vermischt ausgebacken werden. Die schmecken auch am nächsten Tag kalt noch superlecker.

Viel Spaß beim Ausprobieren! 😊

