



Kohltörtchen auf Rahmschwarzwurzeln

Zutaten (für vier Personen)

120 g Rosenkohl (geviertelt, blanchiert)
120 g Brokkoliröschen (blanchiert)
120 g Blumenkohlröschen (blanchiert)
60 g Zwiebelwürfel (angeschwitzt)
4 Eier
4 EL Schmand
1 EL Schnittlauchröllchen
1 EL gehackte Petersilie
1 EL Öl
400 g Schwarzwurzelscheibchen
60 g Zwiebelwürfel
2 EL Olivenöl
2 Frühlingszwiebeln
1 EL gehackte Petersilie
16 Kirschtomaten
120 ml Kochsahne
Salz, Pfeffer
Muskat
Chiliflocken

Zubereitung (circa 45 Minuten)

Törtchenringe innen mit Öl ausstreichen, in eine mit Backpapier ausgelegte Form stellen, diese auf der Herdplatte leicht erhitzen.

Röschen und Zwiebeln mischen und in die Förmchen füllen. Eier mit Schmand und Kräutern gut verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Förmchen mit dieser Masse auffüllen, im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad rund eine halbe Stunde stocken lassen.

Zwiebeln in Öl glasig dünsten, Schwarzwurzeln zugeben, kurz erhitzen und mit Sahne angießen. Ringe von Frühlingszwiebeln zugeben, kurz simmern lassen, mit Petersilie verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schwarzwurzeln auf Tellern verteilen. Törtchen aus dem Ring schneiden, halbieren, mittig auf das Schwarzwurzelbett setzen, mit Chiliflocken bestreuen und mit angebratenen Kirschtomaten garnieren.

Nährwerte pro Portion

371 kcal - 31 g Fett - 14 g Eiweiß - 35 g Kohlenhydrate - 3 BE
Dieses Gericht ist ovo-lacto-vegetarisch und glutenfrei.