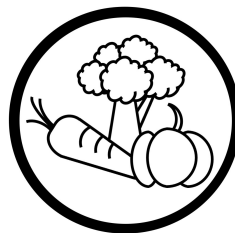


Rosenkohl Bruschetta



Vorbereitung
20 Minuten
TM 10 Minuten



Laktose
frei



Vegi



Herbst
Rezept



Thermomix®
geeignetes Rezept

4 Portionen

300g Rosenkohl

Rosenkohl waschen und die äusseren Blätter vorsichtig entfernen.

3 EL Cranberries

Den Rosenkohl sehr fein würfeln oder im Thermomix 5 Sekunden auf Stufe 8 zerkleinern. Die Cranberries etwa vierteln oder im Thermomix zusammen mit dem Rosenkohl 5 Sekunden auf Stufe 8 zerkleinern.

2 EL Pinienkernen
1dl Orangensaft
Chiliflocken, Salz und Pfeffer

In einer Bratpfanne die Masse zusammen mit den Pinienkernen ohne Fett anrösten, mit Orangensaft ablöschen und einkochen lassen. Mit Chiliflocken, Salz und Pfeffer abschmecken.

Baguette
Zitronenöl

Das Brot in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und beidseitig mit dem Olivenöl in einer Bratpfanne goldig rösten.

Die noch warmen Rosenkohl-Cranberry-Würfel auf den Brotscheiben verteilen und mit Salat geniessen oder als Aperitif servieren.

Wer es fleischig mag, kann Trockenwurstwürfel in die Masse einbauen, diese mit anrösten oder kalt verwenden. Auch Chorizo, Bündnerfleisch oder anderes Trockenfleisch in Streifen eignet sich ebenfalls dafür.

