

Überbackener Chinakohl

Zutaten

1 mittelgroßer Chinakohl
Salz, weißer Pfeffer 1 Prise Muskat
30 g Butter
1 EL Mehl
1/4 l Milch
1 kleine Zwiebel
1 TL. Senf
1 EL. gehackte Haselnüsse einige Butterflöckchen

Zubereitung

Den gewaschenen, einmal zerteilten Chinakohl ca. 10 Minuten in 1/2 Liter Salzwasser mit Muskat garen. In der Zwischenzeit die Butter erhitzen, Mehl einstreuen, leicht anschwitzen lassen und mit dem Schneebesen die Milch einrühren und kräftig schlagen. Nun die in sehr feine Würfel geschnittene Zwiebel und den Senf in die Sauce geben, diese kurz aufwallen lassen und mit Salz, Pfeffer und je nach Geschmack mit einer Prise Zucker abschmecken. Den abgetropften Chinakohl in eine feuerfeste Form geben, mit der hellen Sauce übergießen und mit Haselnüssen bestreuen. Obenauf einige Butterflöckchen setzen und den Kohl für 3 bis 4 Minuten unter den vorgeheizten Grill stellen oder im heißen Backrohr 10 bis 12 Minuten überbacken. Passt gut zu Kartoffeln oder Reis.

Aus einem Teil des (zu großen) Chinakohls kann man auch an einem anderen Tag einen süßen Salat zubereiten, den man z.B. mit Sahne, Rosinen, evtl. Mandarinstückchen und wenig Salz und Pfeffer abschmeckt.