

Wurzelgemüse im Wirsingmantel



von: njoy-food

6 Portionen

Zutaten:

Für die Füllung

175 g Petersilie Wurzel, geschält
 270 g Karotten roh, geschält
 230 g Kartoffeln geschält
 35 g Zwiebeln geschält rot
 20 g Margarine
 Alternative: 20 g Butter
 250 g Gemüsebrühe (4)
 20 g Butter

Für den Gemüsemantel


300 g Wirsingkohl Blätter, ca. 6-8 Blätter
 Vorbereitung: 3 Minuten blanchieren
 1 TL (5 g) Salz

Zum Überbacken

50 g Parmesan mind. 45% Fett i. Tr.

Zubereitung

- 1 Die gewaschenen und geschälten Karotten, Petersilienwurzel sowie die Kartoffeln in kleine gleichmäßige Würfel schneiden (ca. 5x5 mm)
 - 2 Zwiebel fein hacken
 - 3 Margarine in einer beschichteten Pfanne zerlaufen lassen
 - 4 Zwiebel Margarine dazugeben und kurz andünsten
 - 5 Das klein gewürfelte Wurzelgemüse zu den gedünsteten Zwiebeln dazugeben, mit der Gemüsebrühe aufgießen und solange dünsten, bis das Gemüse bissfest ist.
 - 6 Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Kelpamare (pflanzliche Würzsosse) nach Bedarf abschmecken, anschließend beiseite stellen und abkühlen lassen.
 - 7 Wasser mit dem Salz in einem großen Topf aufkochen lassen.
 - 8 Zwischenzeitlich die einzelnen Wirsingblätter vom Wirsingkohl sehr vorsichtig entfernen, damit sie möglichst am Stück bleiben. Strunk rausscheiden und die Blätter vorsichtig waschen.
 - 9 Die Blätter in das kochende Wasser legen und die Blätter ca. 3-5 Min darin köcheln lassen. Anschließend mit einer Schöpfkelle wieder vorsichtig herausnehmen und in eiskaltes Wasser legen.
 - 10 Die Blätter nun auf ein großes Brett legen und je 2 EL vom Wurzelgemüse darauf geben.
 - 11 Den Ziegenkäse gleichmäßig in die selbe Anzahl von Wirsingblätter schneiden und je ein Stück davon auf das Wurzelgemüse legen und kleine Päckchen damit machen. Am besten mit mehreren Zahnstochern fixieren.
 - 12 Alle Wirsingpäckchen in eine gefettete Auflaufform legen, mit dem Parmesan bestreuen und bei 180 Grad ca. 25 Min überbacken.
- L** Arbeitszeit: 25 Minuten
 Koch-/Back-/Trockenzeit: 50 Minuten
 Vorbereitungszeit: 3 Minuten
 Fertig in: 1 Stunden 18 Minuten

 njoy-food