

Nuss-Braten mit Rotwein-Soße, Zitronen-Rotkohl, Knödel

Für zwei Personen

Für den Nuss-Braten:

| | | |
|----------------------------|------------------|------------------------------|
| 80 g Margarine | 2 große Zwiebeln | $\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft) |
| 1 EL Mehl (Dinkelmehl 630) | 75 g Cashewnüsse | 75 g Haselnüsse |
| 75 g Dinkelsemmelbrösel | Semmelbrösel | 1 TL Oregano |
| Öl | Salz | Pfeffer |

Für die Rotweinsauce:

| | | |
|----------------|--------------|----|
| 500 ml Rotwein | 5 Schalotten | Öl |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Zitronen-Rotkohl:

| | | |
|---------------|-----------|-------------|
| 200 g Rotkohl | 1 Zitrone | 1 EL Zucker |
| Öl | Salz | Pfeffer |

Für die Knödel:

| | | |
|---------------------|-------------------------|-------------------|
| 180 g Süßkartoffeln | 180 g Hokkaidokürbis | 4 EL Speisestärke |
| 5 EL Mehl | 60 g Dinkelsemmelbrösel | |

Für den Nuss-Braten:

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Margarine in einem Topf zerlassen, Zwiebeln abziehen, grob schneiden und darin dünsten. Oregano und Mehl hinzufügen, gut verrühren und ca. 250 ml Wasser dazu gießen. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Topf von der Kochstelle nehmen und die Haselnüsse und Cashewnüsse mit den Dinkelsemmelbröseln, Zitronensaft, Salz und Pfeffer dazugeben. Die Masse gut vermengen, in einen länglichen Laib formen und in Semmelbröseln wenden.

Nun das Ganze in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Anschließend in einen Bräter mit Öl legen und zusätzlich mit Öl gut bepinseln. Für ca. 20 Minuten in den Backofen geben. Den fertigen Nuss-Braten in dicke Scheiben schneiden.

Für die Rotweinsauce:

Die Schalotten abziehen, in Ringe schneiden und in einer Pfanne mit Öl andünsten bis sie ein wenig Farbe bekommen. Mit Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Zitronen-Rotkohl:

Rotkohl abrausen, trocken schleudern, fein schneiden und in eine Pfanne geben. Zitrone in Scheiben schneiden und mit dem Rotkohl und etwas Öl dünsten. Zitronenscheiben vor dem Servieren herausnehmen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Knödel:

Süßkartoffel und Kürbis abrausen, trocken tupfen, in große Stücke schneiden und im Ofen weich garen.

Abkühlen lassen und durch eine Kartoffelpresse geben. Etwas Speisestärke und Mehl zugeben bis ein klebriger Knödelteig entsteht. Die Knödel formen und in siedendem Wasser ca. 8 Minuten kochen. Anschließend in Dinkelsemmelbröseln wenden.

Nuss-Braten mit Rotweinsauce, Zitronen-Rotkohl und Süßkartoffel- Kürbis-Knödel auf Tellern anrichten und servieren.

Ramona Kuen am 14. November 2017