

Kohlrabi-Variationen mit Rinder-Hack, Röstzwiebel-Tapioka

Für 4 Personen

8 Kohlrabi mit Grün	5 EL Butter	Meerslaz
4 Schalotten	2 Knoblauchzehen	1 Brötchen
ca. 60 ml Milch	2 Zweige Majoran	250 g Rinderhackfleisch
1 Ei	1 EL grober Senf	Chilipulver
300 ml Gemüsebrühe	1 Prise milder Curry	80 g Couscous
50 g getrocknete Tomaten	40 g schwarze Oliven	100 g Schafskäse
2 Zweige Minze	2 Zweige Koriander	1 Zweig Thymian
1 EL Tapiokaperlen	100ml Rote Bete Saft	1 kleine Zwiebel
1 Zitrone	2 EL Rapsöl	

Kohlrabi waschen, schälen, die Blätter entfernen, jedoch die feinen grünen Blätter aufheben. Von den Kohlrabiknollen jeweils einen Deckel abschneiden und Kohlrabi vorsichtig mit einem Kugelausstecher aushöhlen. Das Innere der Kohlrabiknollen fein würfeln. In einer Pfanne mit 2 EL Butter gewürfelten Kohlrabi andünsten und mit etwas Salz würzen. Dann zur Seite stellen. In einem Topf mit kochendem Salzwasser ausgehöhlte Kohlrabi und Deckelstücke bissfest garen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 120 Grad) vorheizen. Schalotten und Knoblauch schälen, sehr fein würfeln und in einer Pfanne mit 1ELButter glasig anschwitzen. Das Brötchen würfeln, die Milch erhitzen und über die Brötchenwürfel gießen. Majoran abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Hälfte der Schaloten mit dem Hackfleisch, eingeweichem Brötchen, Ei, Senf und Majoran gut vermischen und mit Salz und Chilipulver abschmecken. Zum Schluss die Hälfte der gegarten Kohlrabiwürfel zugeben und die Masse nochmals abschmecken. Dann 4 ausgehöhlte Kohlrabi mit der Masse füllen. Gemüsebrühe mit dem Curry aufkochen, dann 200 ml Brühe über den Couscous gießen und 8 Minuten quellen lassen. Die getrockneten Tomaten, Oliven und den Schafskäse fein würfeln. Alles mit den restlichen gegarten Kohlrabiwürfeln mischen, restliche Schalotten und gequellten Couscous untermengen. Minze und Koriander abspülen, trocken schütteln, die Blättchen in feine Streifen schneiden und unter die Masse mischen und abschmecken. Die Masse in die restlichen ausgehöhlten Kohlrabi füllen. Auf jeden Kohlrabi einen Deckel geben und in eine Auflaufform setzen. Restliche Gemüsebrühe angießen, 1 EL Butter und 1 Thymianzweig zugeben und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Die Tapiokaperlen 15 Minuten in kaltem Wasser einweichen, dann abtropfen lassen. Den Rote Bete Saft in einen Topf geben und zur Hälfte einkochen. Tapiokaperlen zum Rote Bete Saft geben. Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter braun rösten, dann unter den Saft mischen. Zitrone heiß abspülen, antrocknen, etwas Schale abreiben und Saft auspressen. Die Rote Bete Sauce mit etwas Zitronenschale, einem Spritzer Zitronensaft, Salz und Chilipulver abschmecken. Zuletzt Rapsöl einrühren. Gefüllte Kohlrabi auf den vorgewärmten Tellern anrichten und mit den Kohlrabiblättern verzieren Die Sauce angießen.

Michael Kempf 08. Juni 2012