

Liebe Köch*innen,

Rotkohl geht nur im Winter? Von wegen! Frisch vom Acker kommen die kohlig-violetten Freunde jetzt knackig und frisch daher. Er passt auch super zum Grillen oder als Beilage im Spätsommer. Bei diesem Rezept gelingt eine Fusion aus verschiedenen Küchen und Regionen. So entsteht eine Verbindung zwischen 1001 Nacht und dem Egenhausener Acker. Klingt nach einem Märchen oder? Gerne einfach nachkochen.

Viel Spaß dabei!

Stefan Herbolzheimer



Zutaten für 6 Portionen

Rotkohlsalat "1001 Nacht"

- 1 Kopf Rotkohl (ca. 400 g)
- 1 rote Zwiebel
- 100 g getrocknete Feigen
- 250 ml Traubensaft
- 75 ml Quitten-Holunderblüten-Essig
- Salz, Zucker und Pfeffer nach Geschmack

Ofenkartoffeln

- 500 g Kartoffeln
- 2 EL Gewürz z.B. Gyrosgewürz (Wurdies)
- 4 EL Olivenöl
- Salz nach Geschmack

Knoblauch-Kräuter-Joghurt-Dip

- 200 g Joghurt
- 1-3 Zehen Knoblauch (je nach Geschmack)
- ½ Bund Schnittlauch
- je 1 TL Kräuter der Provence (Wurdies), Gute Laune Gewürz (Sonnentor),
- je 1 EL Olivenöl, Mayonaise oder Remoulade
- 1 TL Essig
- Salz, Zucker und Pfeffer nach Geschmack

Falafeln

- 2 Pack. Falafel Arabica regional 250g

Zubereitung

Rotkohl und Zwiebeln in feine Streifen schneiden oder hobeln, Feigen vom Strunk entfernen und grob hacken. Traubensaft zum Kochen bringen, rote Zwiebel und Feigen darin etwa 5 Min. köcheln. Rotkohl mit Essig, Salz, Zucker und Pfeffer vermengen und die heiße Flüssigkeit samt Zwiebeln und Feigen hinzufügen. Vorsichtig umrühren!! Ist heiß! wenn sich die Temperatur verteilt hat nochmals ordentlich vermengen und abschmecken.

Kartoffeln gründlich waschen, vierteln und in einer großen Schüssel mit den restlichen Zutaten vermengen. Auf, mit Backpapier ausgelegten, Blechen flach verteilen und bei 200 Grad für insgesamt 30 Min. in den Ofen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden, dann werden sie gleichmäßig gar.

Schnittlauch in feine Ringe schneiden, Knoblauch schälen und entweder fein hacken oder mit einer Knoblauchpresse pressen. Alle Zutaten in einer Schüssel mit einem Schneebesen gründlich verrühren.

Falafeln nach Packungsanweisung zubereiten. Eine Packung reicht für 4 Portionen.