

Liebe Köch*innen,

die spanische Tortilla ist hervorragend geeignet, um verschiedenste Lebensmittel zu kombinieren. Klassisch werden Kartoffeln, Zwiebel und oft Paprika und Tomate verwendet. Wir greifen heute aber auf Süßkartoffel und Grünkohl zurück. Beides wird in der Pfanne vorgegart und aromatisch schon mal auf Kurs Richtung Lecker gebracht. Danach wird im Ofen herrlich schmackig in der Sauce Royal gebadet. Als frischen Gegenpol gibt es noch einen kleinen Blattsalat dazu.

Viel Spaß beim Nachkochen
wünscht euch Stefan Herbolzheimer



Zutaten

Für 6 Personen

Tortilla

- 200 g Grünkohl
- 2 Süßkartoffeln
- ½ Stange Lauch
- 2 Zwiebeln
- 1 Lorbeerblatt
- 1 EL Butter
- ½ TL Cumin ganz
- Salz

Sauce Royal

- 200 g Sahne
- 200 g Milch
- 4 Eier
- 1 Päckchen geriebener Parmesan (40 g)
- ½ TL Muskatnuss gemahlen
- ½ TL Pfeffer weiß gemahlen
- Salz

Salatdressing Grundrezept

- 2/3 Öl
- 1/3 Essig
- Auf etwa 500 ml Dressing 1 TL Senf
- Salz, Pfeffer, Zucker
- Ggf. etwas Wasser oder Pflanzenmilch

Zubereitung

Grünkohl vom Strunk befreien und grob hacken. Süßkartoffel und Zwiebel in Würfel schneiden. Lauch in feine Ringe schneiden. Alles in einer Pfanne mit Butter, Salz und Cumin anbraten, bis der Grünkohl zusammengefallen ist. In die Auflaufform geben und etwas ausdampfen lassen. Sauce Royal darüber geben und im Ofen bei 160 Grad Umluft eine halbe Stunde fertig backen.

Alles in ein Gefäß geben und ordentlich mixen, fertig.

Alles in ein Gefäß geben und mit dem Handmixer von unten nach oben mixen. Je nach gewünschter Konsistenz etwas Wasser oder Pflanzenmilch hinzufügen. Je nach Gusto kann mit jeglichem Essig oder Öl gearbeitet werden.