



## Gratinierter Chinakohl

2 Chinakohl à ca. 400g

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

2 EL Öl

100 g grobe

Haferflocken

70 g Emmentaler (Stck.)

Salz, Pfeffer

100 ml Sahne

200 ml Gemüsebrühe

2 EL Petersilie

Dazu passt Couscous oder Baguette.

jeweils längs halbieren, waschen und in kochendem Salzwasser am Stück ca. 3 Minuten garen, herausnehmen und abschrecken. Dann gut abtropfen lassen.

und

schälen, fein würfeln und in glasig dünsten.

1 Minute mitbraten und vom Herd ziehen. reiben und mit der Haferflocken-Mischung vermengen.

zum Würzen verwenden.

Die Kohlhälften mit der Schnittfläche nach oben in eine Auflaufform legen.

und

vermischen und über den Chinakohl gießen. Die Haferflockenmischung über den Chinakohl geben. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C (Umluft 160°C) ca. 25 Minuten überbacken und mit frisch gehackt, garnieren.

**Biolandhof Agena/Dreyer GbR**

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn  
04920 / 318

info@biolandhof-agena.de  
www.biolandhof-agena.de