



Kohlrabi gefüllt

4 Kohlrabi

200g Erbsen a.d. Glas

3 Lauchzwiebeln

2 EL Butter

40g Mehl

150ml Milch

Ca. 100ml Kochwasser

1 EL Brat-Olienöl

½ TL Muskat

150g Ziegenfrischkäse

Salz und Pfeffer

1Ei

50g Walnüsse

1 TL Honig

schälen und waschen. Für etwa 20 Minuten als Ganzes in Salzwasser dünsten und danach abtropfen lassen.

in ein Sieb schütten und abtropfen lassen.

putzen, waschen und in Ringe schneiden.

in einem Topf schmelzen lassen und dann von der Herdplatte ziehen.

Unter ständigem Rühren

zugeben. Mit

sowie

nach und nach ablöschen bis eine cremige Masse entstanden ist. Den Topf wieder auf den Herd stellen und die Sauce aufkochen lassen. Die Hitze etwas reduzieren und die Sauce dann unter Rühren für ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Von den Kohlrabi einen Deckel abschneiden. Dann die Kohlrabi mit einem Kugelausstecher aushöhlen.

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

in einer Pfanne erhitzen und darin die Erbsen sowie Lauchzwiebelringe kurz anbraten. Die Kohlrabikugeln zusammen mit

und

in die Pfanne geben. Mit

abschmecken.

trennen. Das Eigelb langsam in der Sauce verrühren und alles ebenfalls in die Pfanne geben. Mit dieser Masse die Kohlrabi füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stellen.

grob hacken und auf den gefüllten Kohlrabi verteilen.

über den Walnüssen verteilen.

Alles im heißen Ofen für etwa 10 Minuten backen.

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

info@biolandhof-agena.de

www.biolandhof-agena.de