



Chinakohl gratiniert

2 Chinakohl à ca. 400 g

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

2 EL Öl

100 g grobe Haferflocken

70 g würziger Käse (Stück)

Salz

Pfeffer

100 ml Schlagsahne

200 ml Gemüsebrühe

etwas frische Petersilie

längs halbieren, waschen, putzen und in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten garen, herausnehmen und abschrecken. Gut abtropfen lassen.

und

schälen, fein würfeln und in glasig dünsten. Dann

1 Minute mitbraten und vom Herd ziehen.

reiben und mit der Haferflocken-Mischung vermengen. Mit

und

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

und

vermischen und über den Chinakohl gießen. Die Haferflockenmischung darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C überbacken.

fein hacken und den Chinakohl damit garnieren.

Dazu schmecken Kartoffeln oder selbstgebackenes Brot.

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

info@biolandhof-agena.de

www.biolandhof-agena.de