

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn
04920 / 318

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



Wirsingkohl mit Orangensoße

1 mittelgroßen Wirsing

1 EL Butter

1 EL Butter

Currypulver

2 EL Mehl

150 ml Milch

150 ml Orangensaft

4 EL Schlagsahne

4 EL Mandel-Blättchen

50 g Butter

putzen, die äußeren, dunkelgrünen Blätter entfernen, den Kopf waschen, vierteln und den Strunk keilförmig herausschneiden. Mit eine großflächige Pfanne oder einen flachen Topf einfetten und die Kohlstücke zusammen mit Wasser, leicht gesalzen zufügen und darin zugedeckt etwa 10 bis 12 Min. dünsten. zerlassen.

und

zugeben und anschwitzen lassen.

nach und nach unter Rühren angießen. Unter ständigem Rühren 5 Min. kochen lassen.

und

zugeben. Zum Garnieren

ohne Fett in einer kleinen Pfanne unter ständigem Wenden hellgelb rösten und zusammen mit der Soße und dem Wirsing anrichten.

in Flöckchen daraufsetzen und im vorgeheizten Backofen 20 Min. bei 180 °C überbacken.

Dazu schmeckt Kartoffelstampf.