

Ofen- Spitzkohl

Für 3 bis 4 Portionen



Zutaten:

- 1 Stück Spitzkohl
- 3 - 4 Prisen Salz
- 1 EL Öl für die Form
- 250 ml Sahne, Milch oder halb und halb geht auch
- 2 Prisen Pfeffer und/oder andere Gewürze nach Wahl
- 2 EL Parmesan gerieben

So wird´s gemacht:

1. Den Kohlkopf als ganzen waschen und trocknen. Dann der Länge nach in 4 - 6 gleich große Teile schneiden. Die Menge kommt etwas auf die Größe des Spitzkohls an. Den Strunk herausschneiden.
2. Jetzt die Kohlstücke mit den Schnittflächen nach oben auslegen und leicht salzen. So mindestens 30 Minuten liegen lassen. Das macht den Kohl noch milder und weicher.
3. Wählt eine feuerfeste Form, die groß genug ist und die ihr abdecken könnt (am besten eine Auflaufform mit Deckel). Fettet die Form innen leicht aus und legt die Spitzkohl-Stücke in die Form ein. Das Salz vom Marinieren bleibt dran.
4. Verteilt die Gewürze eurer Wahl über die Kohlstücke und deckt die Form ab.
5. Nun backt ihr den Kohl zugedeckt auf 200 °C Umluft für 20 Minuten. Alternativ im vorgeheizten Backofen auf 220 °C Ober-Unterhitze.
6. In der Zwischenzeit könnt ihr den Käse reiben (wenn ihr welchen nehmt) und mit der Sahne vermischen.
7. Nach 20 Minuten die Form aus dem Backofen nehmen und die Sahne oder Milch mit dem Käse mit einem Löffel über die Kohlstücke verteilen.
8. Nun weitere 20 Minuten ohne Deckel backen.

Fertig, Guten Appetit!

Dieses Rezept passt sehr gut zu neuen Kartoffeln.