



Gebratener Rosenkohl auf orientalische Art

Schritt 1:

Rosenkohl putzen, äußere Blätter entfernen, Röschen waschen, längs halbieren und in kochendem Salzwasser etwa 4 Minuten garen. In ein Sieb abgießen und gründlich abtropfen lassen. Piment- und Pfefferkörner in einem Mörser zerstoßen. Walnüsse grob hacken.

Schritt 2:

Öl in einer Pfanne erhitzen. Rosenkohl darin unter Wenden 3 Minuten bei starker Hitze kräftig braten. Mit der Piment-Pfeffer-Mischung und Salz würzen. Walnüsse, frisch abgeriebenen Muskat darüberstreuen und weitere 3–4 Minuten mitbraten.

Schritt 3:

Inzwischen für den Dip Minze waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob hacken. Joghurt, Minze, Tahini, Salz verrühren und mit Zitronensaft abschmecken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen; Granatapfel halbieren und Kerne herauslösen. Beides unter den Rosenkohl mischen und mit dem Dip reichen.

- 1 kg Rosenkohl
- 7 Pimentkörner
- 60 g Walnusskerne (4 EL)
- 2 EL Olivenöl
- Muskatnuss, Salz, Pfeffer
- 20 g Minze (1 Bund)
- 300 g griechischer Joghurt
- 30 g Tahini
- 1 EL Zitronensaft
- 20 g Petersilie (1 Bund)
- 1 Granatapfel