



Asiatischer Rosenkohl

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

750 g Rosenkohl

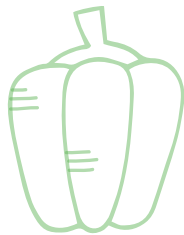
Marinade:

3 EL Sojasauce
3 EL Sesamöl, geröstet
2 EL Ahornsirup
1 Knoblauchzehe
1 TL Chili
Salz und Pfeffer
2 EL ungeschälten
Sesam



Sauce:

4 EL Sojasauce
2 EL Ahornsirup
2 EL Tahin
etwas warmes Wasser
zum Verdünnen



ZUBEREITUNG

Rosenkohl putzen, halbieren und eventuell waschen. In einer Schüssel mit den Zutaten für die Marinade gründlich vermischen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech bei 180 Grad Umluft ca. 15 bis 20 Minuten backen. Rosenkohl zwischendurch wenden und darauf achten, dass er nicht zu dunkel wird. Inzwischen die Zutaten für die Sauce verrühren. Rosenkohl auf Tellern anrichten und mit der Sauce begießen.

Dazu passen Reis, helles Brot oder Nudeln.

Guten Appetit!



DE-ÖKO-006



Marienhof
ESPERDE