



Zeitaufwand:
Ohne Schnippeln
etwa 60 Minuten

Zutaten:

- der Wirsingkohlkopf
- drei oder vier größere festkochende Kartoffel, in grobe Scheiben gehobelt
- ein bis zwei Karotten, in dünne Scheiben geschnitten
- eine große Zwiebel, feingehackt
- Knoblauch grob gehackt
- ein paar Pilze (Champignons, Kräuterseitlinge oder ähnliches) grob zerteilt
- etwas geräucherter Speck
- wenn vorhanden etwas Paprika
- eine Dose Tomaten, stückig oder passiert
- falls frische Tomaten da sind, schälen, achtern und rein damit
- mindestens ein halber Liter Gemüse-brühe, die leckere selbstgemachte. Ein gehäufter Esslöffel mit kochendem Wasser übergossen reicht für die Füllung
- ein Becher Sahne
- (Für Veggies: Soja-Sahne oder Kokosmilch - dann muss man vielleicht etwas anders würzen!)
- Pfeffer
- Achtung mit Salz!
- Thymian, Rosmarin, Liebstöckel, Cumin, Piment d'Espelette - alles was man mag aus dem Gewürzschränkchen



Gefüllter Wirsingkopf Wirsingauflauf einmal anders

Zubereitung:

- Das Gemüse, ohne die Kartoffeln, ziemlich klein geschnippelt, in etwas Olivenöl glasig angedünstet.
- Mit etwas Gemüsebrühe aufgegossen und einkochen lassen. Dann den kompletten Inhalt der Tomatendose einrühren und auf kleiner Flamme reduzieren. Würzen mit den Gewürzen aus dem Schränkchen. Vorsicht mit dem Salz!
- Den Strunk komplett aus dem Kopf herausschneiden.
- Zwei oder drei größere Blätter abnehmen und in die gebutterte Auflaufform legen
- darauf ein Bett aus den Kartoffelscheiben
- Den Kohl mit der Öffnung nach oben darauf legen, platt und auseinander drücken, um die Zwischenräume zu öffnen.
- In die Öffnung etwas von der Gemüsepaste streichen. Daran denken, da ist reichlich Salz drin. Also beim weiteren Würzen lieber auf Gewürze zurückgreifen und Salz außen vor lassen
- jetzt die vorbereitete Füllung in den Kopf zwischen die Blätter drücken. Langsam wird es eng in der Auflaufform, aber die Füllung muss rein - keine Gnade!
- Ist alles gut verteilt, fehlt noch Flüssigkeit. Hier kommt der Rest der Gemüsebrühe zu Einsatz.
- Deckel drauf. Hier ist eine Glasform hilfreich.
- Bei 180°C Ober- und Unterhitze 30 Minuten auf dem mittleren Stufe garen.
- Dabei fällt der Kohl zusammen, sodass Platz für die Sahne ist.
- Soweit wie möglich angießen.
- Deckel wieder drauf und weitere 30 Minuten garen.
- Der Reifegrad des Auflaufs lässt sich durch die Glasform gut beobachten.

Anrichten und genießen!
Guten Appetit!

[Zurück zum Blog:
opaskitchen.blog](http://opaskitchen.blog)



Text und Bild
© Reiner Rosenwald
www.opaskitchen.blog
reiner.rosenwald@gmail.com