

Gemüse - Gugelhupf

Zutaten für: 1 Rezept

		Zutaten für Portionen
2	Teel.	Salz N. B. Wasser
1	klein.	Weißkohl (Weißkabis)
150	Gramm	Chinakohl
150	Gramm	Karotte(n)
1	Bund	Kräuter, frische
1		M.-große Zwiebel(n)
1	Essl.	Öl (Erdnussöl)
3	Essl.	Bouillon
1	Teel.	Butter
2		Ei(er)
150	ml	Milch (Vollmilch)
1/2	Becher	Sauerhalbrahm Salz und Pfeffer, weißer Muskat Butter für die Form

Anleitung:

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Den Weißkabis ganz für 3 bis 5 Minuten hineinlegen, herausnehmen und die 4 - 6 äußersten Blätter ablösen, die Rippen abflachen. Vom restlichen Kabis 300 g abwiegen und in feine Streifen schneiden (restlichen Kabis zum Beispiel für Suppe oder Salat verwenden).

Den Chinakohl waschen, putzen, ebenfalls in sehr feine Streifchen schneiden. Die Karotten schälen, halbieren, mit dem Sparschäler in dünne Streifen hobeln. Die Kräuter waschen, hacken. Die Zwiebel schälen, fein hacken, im Öl kurz mitdämpfen.

Chinakohl und Kabis zufügen, kurz andämpfen, mit der Bouillon ablöschen. Gemüse unter Rühren circa 5 Minuten dämpfen, bis alle Flüssigkeit eingekocht ist, Masse abkühlen lassen, 3/4 der gehackten Kräuter zufügen.

Eine Gugelhupfform mit Butter ausstreichen und mit den blanchierten Kabisblättern auslegen, sodass sie oben 3 - 4 Zentimeter über den Rand stehen, die Hälfte der Karottenstreifen auf den Kabis legen. Die Hälfte der Gemüsemischung darauf geben, restliche Karotten darauflegen, mit dem restlichen Gemüse bedecken.

Für den Guss die Eier mit der Milch und dem sauren Halbrahm verrühren. Würzen und über das Gemüse gießen. Die überstehenden Kabisblätter über die Füllung legen.

Ein hohes Ofenblech oder eine Braisière in die Ofenmitte stellen, 2 - 3 Zentimeter hoch mit Wasser auffüllen. Die Gugelhupfform gut mit Alufolie zudecken, ins Wasserbad im Ofen stellen. Den Ofen auf 180°C einstellen, Pudding etwa 1 1/2 Stunden garen lassen, das Wasser im Blech soll dabei immer leicht sieden (Ofentemperatur anpassen!).

Mit einer Nadel testen, ob der Pudding gar ist. Die Form herausnehmen, einige Minuten stehen lassen. Den Pudding auf eine Platte stürzen, mit restlichen Kräutern bestreuen. Dazu passt Vollreis. Zubereitungszeit: ca. 1 Std. Schwierigkeitsgrad: normal
Brennwert p. P.: 185 kcal