Artikel vom 07.01.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 21:21 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/geroesteter-kohl

Gerösteter Kohl



Foto: Ariane Bille/BVEO

Zutaten (für 4 Personen):

1 kleiner Rotkohl

1 kleiner Weißkohl

2 Knoblauchzehen

2 EL Tomatenmark

8 EL Olivenöl

2 TL Cumin

1 TL Cayennepfeffer

2 Knoblauchzehen

1 TL Meersalz

Zubereitung:

Den Backofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Kohl waschen, putzen, dann in Spalten schneiden und auf mit Backpapier ausgekleidete Backbleche geben. Den Knoblauch schälen und in eine Schüssel pressen. Tomatenmark, Olivenöl, Cumin und Salz dazugeben, alles gut verrühren und den ausgelegten Kohl damit gleichmäßig bestreichen. Im Backofen nacheinander auf mittlerer Schiene etwa 45 Minuten rösten oder die Umluftfunktion nutzen und die Bleche zusammen backen, dann nach etwa der Hälfte der Backzeit deren Position tauschen. Tipp: Gerösteter Kohl schmeckt sowohl als Beilage als auch als Hauptgericht – und Reste lassen sich wunderbar weiterverwenden (siehe rechts).

BVEO