LZ-Rheinland

Artikel vom 02.01.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 22:04 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/geroesteter-weisskohl-auf-tomaten-kapern-sauce

Gerösteter Weißkohl auf Tomaten-Kapern-Sauce



Foto: Ariane Bille/BVEO

Zutaten (für 4 Personen):

1,5 EL Kapern

50 g entsteinte Kalamata-Oliven

1 Knoblauchzehe

3 EL Olivenöl

400 g gehackte Tomaten

Meersalz und Pfeffer

500 g gerösteter Weißkohl

80 g frischer Parmesan

½ Bund Petersilie

Zubereitung:

Kapern und Oliven abtropfen lassen und fein hacken. Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch darin anbraten. Oliven und Kapern dazugeben, kurz mitbraten und mit Tomaten ablöschen. Bei mittlerer Hitze 15 Minuten einkochen lassen. Am Ende mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Teller verteilen, Weißkohl draufgeben und mit gehackter Petersilie bestreuen. Parmesan darüber reiben und genießen.

BVEO