

Wirsing auf toskanische Art

1 kleiner Wirsing – 1-2 Zwiebeln – 2 Knoblauchzehen – 3 EL Olivenöl – Salz, Pfeffer – 125 ml Gemüsebrühe – 2 EL Weißweinessig – 6 Tomaten Eiertomaten aus der Dose – 1 TL Thymian – 75 g Butter – Salz und Pfeffer- 1 St Parmesan - Pinienkerne geröstet

Den Wirsing vierteln, den Strunk entfernen und das Gemüse in 5 mm Streifen schneiden.

Die Zwiebel pellen, halbieren und in Scheiben schneiden. Den Knoblauch pellen und würfeln. Tomaten in grobe Stücke schneiden.

In einem Bräter das Öl erhitzen und die Zwiebeln und Knoblauch hell anschwitzen. Den Kohl dazu geben und die Tomaten untermischen. Dann die Brühe angießen, Essig und Thymian zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Aufkochen, dann den Deckel auflegen und bei kleiner Hitze garen.

Die Garzeit richtet sich danach, wie weich oder knackig Sie das Gemüse garen möchten.

Kurz vor dem Servieren die Butter einrühren und mit frisch geriebenem Käse bestreuen. Die Menge nach Geschmack nehmen.

Wer möchte, kann noch Pinienkerne ohne Fett rösten und beim Servieren über das Gemüse streuen.

Tipp: Der Wirsing schmeckt aufgewärmt noch besser.

Guten Appetit!



Wirsing auf toskanische Art

1 kleiner Wirsing – 1-2 Zwiebeln – 2 Knoblauchzehen – 3 EL Olivenöl – Salz, Pfeffer – 125 ml Gemüsebrühe – 2 EL Weißweinessig – 6 Tomaten Eiertomaten aus der Dose – 1 TL Thymian – 75 g Butter – Salz und Pfeffer- 1 St Parmesan - Pinienkerne geröstet

Den Wirsing vierteln, den Strunk entfernen und das Gemüse in 5 mm Streifen schneiden.

Die Zwiebel pellen, halbieren und in Scheiben schneiden. Den Knoblauch pellen und würfeln. Tomaten in grobe Stücke schneiden.

In einem Bräter das Öl erhitzen und die Zwiebeln und Knoblauch hell anschwitzen. Den Kohl dazu geben und die Tomaten untermischen. Dann die Brühe angießen, Essig und Thymian zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Aufkochen, dann den Deckel auflegen und bei kleiner Hitze garen.

Die Garzeit richtet sich danach, wie weich oder knackig Sie das Gemüse garen möchten.

Kurz vor dem Servieren die Butter einrühren und mit frisch geriebenem Käse bestreuen. Die Menge nach Geschmack nehmen.

Wer möchte, kann noch Pinienkerne ohne Fett rösten und beim Servieren über das Gemüse streuen.

Tipp: Der Wirsing schmeckt aufgewärmt noch besser.

Guten Appetit!

