



OFENGERÖSTETER ROSENKOHL



Für 4 Personen

ZUTATEN

500 g Rosenkohl
4 EL Olivenöl
2-3 EL Ahornsirup
2 EL Sojasauce
1 sehr fein gehackte Knoblauchzehe
1 EL fein geriebener Ingwer
frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer
3 EL grob gehackte Walnüsse

ZUBEREITUNG

Backofen auf 200°C CircoTherm Heißluft® vorheizen. Rosenkohl waschen, welke Blätter entfernen. Kleine Röschen halbieren, große vierteln. Für die Marinade Olivenöl, Ahornsirup, Sojasauce, Knoblauch und Ingwer in einer großen Schüssel verrühren. Rosenkohl darin marinieren.

Kohl auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen, pfeffern und mit gehackten Walnüssen bestreuen. Auf Einschubhöhe 2 etwa 25 – 30 Minuten garen, dabei nach 15 Minuten einmal wenden. Vor dem Servieren bei 250 °C kurz übergrillen. Eventuell noch etwas salzen.