

Andreas Schweiger
Pastinakenpüree mit Rosenkohlgemüse,
Räucherschinken und Pumpernickel

Donnerstag, 26. November 2020

Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Heimatküche, Leichte Küche

Zutaten:

Pastinakenpüree:

600 g Pastinaken
2 EL Rapsöl
etwas Salz
2 Schalotten
1/2 Bio-Zitrone
1 EL Butter
50 g Sahne

Rosenkohlgemüse:

300 g Rosenkohl
1 Schalotte
2 EL Butter
2 EL getrocknete Sauerkirschen (oder getrocknete Cranberrys)
50 ml Gemüsebrühe
etwas Salz

Außerdem:

150 g Pumpernickel
2 EL Butter
1 EL Zucker
100 g geräucherter Schinken, dünn aufgeschnitten



Zubereitung:

1. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.
2. Die Pastinaken putzen, schälen, waschen, längs halbieren und mit den Schnittflächen nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.
3. Pastinaken mit Rapsöl beträufeln, leicht salzen und auf der mittleren Schiene im heißen Ofen ca. 25 Minuten weich garen.
4. währenddessen Schalotten schälen und fein schneiden.
5. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.
6. Die weich gegarten Pastinaken aus dem Ofen nehmen und mit einer Gabel grob zerdrücken.
7. In einer Pfanne Butter erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten.
8. Mit der Sahne ablöschen und die zerdrückten Pastinaken unterrühren. Zitronenabrieb und -saft dazugeben und mit Salz abschmecken.
9. Die Rosenkohlröschen putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen, den Strunk keilförmig herausschneiden. Dann die einzelnen Rosenkohlblätter ablösen.
10. Schalotte schälen und fein schneiden.

11. In einer Pfanne Butter erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten.
12. Rosenkohlblätter zugeben und in der Pfanne ca. 2 Minuten dünsten.
13. Die getrockneten Sauerkirschen zugeben und die Gemüsebrühe angießen. Kurz aufkochen und mit Salz abschmecken.
14. Pumpernickel in feine Würfel schneiden oder zerbröseln.
15. Butter und Zucker in eine Pfanne geben und schmelzen. Die Pumpernickelwürfel zugeben, darin schwenken und karamellisieren.
16. Teller mit Räucherschinken auslegen, darauf jeweils etwas Rosenkohlgemüse, Pastinakenpüree und den karamellisierten Pumpernickel anrichten und servieren.

Pro Portion: 550 kcal / 2300 kJ
42 g Kohlenhydrate, 13 g Eiweiß, 37 g Fett