

Andrea Safidine
Knödel-Rotkohl-Auflauf

Montag, 26. September 2022
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: leicht
Heimatküche

Zutaten:

800 g	Rotkohl
2 EL	Essig
etwas	Salz
1	Lorbeerblatt
1 TL	Zucker
2-3	Wacholderbeeren
8	Knödel vom Vortag
50 g	Walnusskerne

Für die Béchamel:

30 g	Butter
1	Zwiebel
30 g	Weizenmehl, Type 405
250 ml	Milch
250 ml	Gemüsebrühe
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
1 Prise	geriebene Muskatnuss

Zubereitung:

1. Den Rotkohl waschen und die äußeren Blätter entfernen.
2. Den Rotkohl halbieren und die Hälften mit dem Strunk in einen Topf geben. So viel Wasser angießen, dass die Kohlhälften bedeckt sind. Essig, Lorbeerblatt, Zucker, Wacholderbeeren und reichlich Salz zugeben und aufkochen. Die Kohlhälften je nach Größe des Kohlkopfes ca. 10 – 12 Minuten kochen.
3. In der Zwischenzeit für die Béchamel die Butter bei mittlerer Hitze in einem Topf schmelzen. Eine gewürfelte Zwiebel darin glasig dünsten. Mehl einstreuen und unter ständigem Rühren 2-3 Minuten anschwitzen (nicht bräunen). Dann die Milch und die Gemüsebrühe nach und nach unter kräftigem Rühren mit dem Schneebesen zur Mehlschwitze gießen. Alles aufkochen und unter regelmäßigem Rühren bei mittlerer Hitze 5 Minuten köcheln, bis die Sauce eine cremige Konsistenz hat.
4. Die Béchamel mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen
5. Den halb gegarten Rotkohl aus dem Topf nehmen und etwas auskühlen lassen.
6. Dann den Kohl in Scheiben schneiden und den Strunk entfernen.
7. Die Knödel vom Vortag ebenfalls in etwa gleich dicke Scheiben schneiden.
8. Die Knödel- und Rotkohlscheiben aufrecht in eine Auflaufform schichten.
9. Den Backofen auf 180 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen.
10. Die Béchamel über die Auflaufzutaten gießen. Im heißen Backofen ca. 30 Minuten garen.
11. In der Zwischenzeit die Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten, zur Seite stellen.
12. Auflauf aus dem Backofen nehmen, die Walnüsse aufstreuen und servieren.

Pro Portion 440 kcal/ 1840 kJ 38 g Kohlenhydrate, 16 g Eiweiß, 25 g Fett

