Glasierte Kohlsprossen mit Haselnüssen

Zugegeben, Kohlsprossen gehören nicht gerade zu den beliebtesten Gemüsesorten. Doch bei dem Rezept für glasierte Kohlsprossen mit Haselnüssen wollen alle gerne einen Nachschlag!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Gesamtzeit: 25 min



Foto: Svenja Paulsen

Zutaten

550 g	Rosenkohl
1 Prise	Salz
50 g	Haselnüsse (gehobelte)
40 g	Butter
1 EL	Zucker
150 ml	Gemüsefond
1 Prise	Muskat

Zubereitung

1. Um glasierte Kohlsprossen mit Haselnüssen zuzubereiten, zuerst eine Pfanne (ohne Fett!) erhitzen und die Haselnüsse darin goldbraun rösten. Vom Herd nehmen.

2. Die Kohlsprossenblätter vorsichtig von den Röschen lösen, ohne sie zu zerreißen. Einen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Kohlsprossenblätter darin ca. 1 Minute blanchieren. Herausheben, kurz mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

3. Butter in einer Pfanne zerlassen und den Zucker hinzufügen und unter Rühren karamellisieren lassen. Mit Gemüsefond ablöschen und auf die Hälfte der Menge einreduzieren lassen.

4. Die Kohlsprossenblätter dazugeben und kurz hin und her schwenken. Mit Salz und Muskat würzen. Mit Haselnüssen bestreuen und servieren.

Tipp

Nach Belieben können glasierte Kohlsprossen statt mit Haselnüssen auch mit grob zerhackten Walnüssen zubereitet werden.