

BACKOFEN-SPITZKOHL



Zutaten:

Spitzkohl
3 - 4 Prisen Salz
1 EL Öl für die Form
250 ml Sojasahne
2 TL Paprika
1 TL Grill- und Pfannengewürz
2 Prisen Pfeffer

Es wird eine feuerfeste Form mit Deckel benötigt.

Den Kohlkopf waschen und trocknen. Dann der Länge nach vierteln und den Strunk herausschneiden.

Jetzt die Kohlstücke mit den Schnittflächen nach oben auslegen und leicht salzen, 30 Minuten einziehen lassen, dadurch wird der Kohl noch milder.

Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen (oder 200 Grad Umluft).

Eine feuerfeste Form einfetten und die Spitzkohl-Stücke hinein geben.

Mit Paprika, Grill- und Pfannengewürz und Pfeffer würzen.

Form abdecken und für 20 Minuten in den Backofen geben.

Form aus dem Ofen nehmen und die Sojasahne mit einem Löffel über die Kohlstücke verteilen. Weitere 20 Minuten ohne Deckel backen.