Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Vegane Köstlichkeiten: Gerösteter Rosenkohl mit Maronen-Hummus

Heimische Zutaten mit orientalischem Flair

Im Vergleich zum gekochtem Rosenkohl, erhält dieser beim Backen im Ofen kräftige Röstaromen, die wunderbar zum herben Kohlgeschmack passen. Einen Ausgleich dazu bringen die nussigen und süßen Aromen der Maronen. Deswegen schmeckt unser heutiges veganes Gericht insgesamt so harmonisch.

Hier die heutige Rezeptur für **„Gerösteter Rosenkohl mit Maronen-Hummus“:**

Zutaten

- 1 kg Rosenkohl
- 4 EL Öl (Walnussöl)
- 4-6 EL Essig
- 2 TL Zucker
- Wer möchte: Sesam und Chili
- 1 Dose Kichererbsen (400g/240g Abtropfgewicht)
- 300 g Maronen (Esskastanien), gekocht und geschält
- 60 g Nussmus (z.B. Mandelmus)
- Saft einer Bio-Zitrone
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- Salz, Pfeffer

- Raz el Hanout oder Curry
- Zum Anrichten: etwas Minze, Petersilie und Schnittlauch

Zubereitung

Für den **Hummus** zuerst 5 EL Kichererbsen-Abtropfflüssigkeit, Zitronensaft, Knoblauch, Salz, Pfeffer, etwas Zitronenabrieb und 1 EL Raz el Hanout oder Curry fein mixen.

Das Nussmus zugeben und mixen, dann nach und nach die abgetropften Kichererbsen und die Hälfte der Maronen zugeben.

Alles cremig mixen. Eventuell 2-3 EL (Mineral-)Wasser zugeben. Erneut mit Salz, Pfeffer und Raz el Hanout oder Curry abschmecken.

Den **Rosenkohl** putzen, halbieren und in einer Schüssel mit 4 EL Öl, 2 TL Zucker, Salz, Pfeffer und 1 EL Curry vermischen. Alles auf ein Backblech verteilen, 50 ml Wasser zugeben und um Ofen bei 170°C (Umluft) ca. 30 Minuten backen, bis dieser leicht bissfest ist.

Den Rosenkohl in einer Schüssel mit gehackten Maronen, 4-6 EL Essig, Sesam, Salz, Pfeffer und den geschnittenen Kräutern verfeinern.

Zum Anrichten Hummus auf Teller verteilen und den lauwarmen Rosenkohl daraufsetzen. Mit Kräutern und eventuell Chili bestreuen.