



Gefüllte Kohlrabiröllchen



Zutaten für 4 Personen:

500g Kohlrabi
Salz
200g Zucchini
150g Champignons
1 kleine Zwiebel
3–4EL Olivenöl
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
80g Mozzarella, abgetropft
60g Landliebe Schichtkäse
80g Rucola
4EL frisch gehacktes Basilikum

FÜR DAS DRESSING:

3 vollreife kleine Tomaten
2EL Balsamico-Essig
5EL Olivenöl
Salz
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

AUSSERDEM:

kleine Holzspieße

Zubereitung:

Die Kohlrabi schälen und in sehr feine Scheiben schneiden (Endstücke und kleine Scheiben anderweitig verarbeiten, sie werden hier nicht verwendet). Leicht gesalzenes Wasser in einem Topf aufkochen und die größeren Kohlrabischeiben darin 3 Minuten blanchieren. Dann in Eiswasser abschrecken, herausnehmen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Die Zucchini putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Champignons putzen und fein würfeln. Die Zwiebel schälen und fein hacken. 3 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Zucchini und Champignons dazugeben und anbraten. Nach Bedarf noch 1 Esslöffel Olivenöl zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, den Pfanneninhalt in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Den Mozzarella klein würfeln. Die Mozzarellawürfel mit dem Schichtkäse unter die Zucchini-Champignon-Mischung rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die einzelnen Kohlrabischeiben mit etwas Gemüsemischung bestreichen, aufrollen und mit kleinen Holzspießen feststecken. Den Rucola verlesen, waschen, trocken schleudern und auf vier Tellern anrichten.

Für das Dressing die Tomaten waschen, entstielen und fein würfeln. Balsamico und Olivenöl verrühren und über die Tomatenwürfel gießen. Gut durchmischen, kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den Rucolaportionen verteilen. Die gefüllten Kohlrabiröllchen darauf anrichten und mit dem Basilikum garniert servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT:

35 Minuten