

Rezepttipp

Rotkohlstreifen in Zwiebel und Schafkäse

ZUTATEN (für 4 Portionen)

halber mittelgroßer Rotkohl

2 mittelgroße gelbe Zwiebeln

2–3 Knoblauchzehen

halber Bund glatte Petersilie

150 g (echten) Schafkäse

4–5 Esslöffel Olivenöl

Pfeffer und Salz aus der Mühle

frischer oder gefriergetrockneter Thymian

1 Glas Rotwein oder roter Traubensaft
mit einem Schuss Rotweinessig

250 g Farfalle oder Penne (Vollkorn)



ZUBEREITUNG

Vom Rotkohl die schlechten äußeren Blätter entfernen, den Kohl vierteln, den Strunk keilförmig herauschneiden, die Kohlviertel achtern und mit einem scharfen Messer in feine Streifen schneiden.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen, halbieren und fein würfeln. Petersilie fein hacken. Schafkäse in feine Würfel schneiden.

In einer tiefen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zwiebelwürfel einige Minuten darin dünsten, den feingehackten Knoblauch dazugeben, dann die Rotkohlstreifen dazugeben und unter Rühren 4–5 Minuten anbraten.

Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen und mit Rotwein angießen. Unter gelegentlichem Umrühren zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten sanft schmoren lassen.

Zwischenzeitlich Nudeln kochen. Abschließend zum Gemüse gehackte Petersilie, Schafkäse dazugeben. Bei Bedarf noch einmal abschmecken.

Die Nudeln mit der Gemüsesauce übergießen und bei Bedarf mit Kresse garnieren

Ihre **Daimler BKK** wünscht viel Freude bei der Zubereitung und einen guten Appetit. Weitere Ernährungsangebote erhalten Sie online unter



www.daimler-bkk.com
Webcode 1874

Rezeptvorlage: www.treffpunkt-ernaehrung.de