



Südtiroler Laubfrösche - 4 Personen, 90 Minuten

1

Den Wirsing zunächst entblättern und die Blätter ein paar Minuten blanchieren, damit sie biegsam werden und man sie gut wickeln kann. Nach dem Blanchieren im kalten Wasser abkühlen lassen, bis man sie anfassen kann.

2

Für die Füllung den Speck würfeln. Im heißen Öl sanft auslassen. Gleich fein gehackte Zwiebel und den gehackten Knoblauch zufügen und mitdünsten. Sobald sie weich werden, die Hitze etwas verstärken, damit ein zarter

Bräunungseffekt entsteht. Das gelbe Herz des Wirsing fein hacken und mitdünsten. Alles salzen und pfeffern, mit Thymian würzen.

3

Das Schüttel- oder Knäckebrot in kleine Stücke brechen und mit dem Pfanneninhalte in einer Schüssel mischen. Zugedeckt 15 Minuten ziehen und einweichen lassen. Falls das Brot zu trocken wirkt, mit etwas heißer Brühe benetzen.

4

Den Käse klein würfeln und unter die nur noch lauwarme Brotfüllung mischen. Die Eier sowie reichlich fein geschnittenen Schnittlauch untermischen.

5

Diese Brotfüllung kräftig abschmecken. Jeweils einen guten Esslöffel davon in ein Wirsingblatt wickeln. Darauf achten, dass die Röllchen rundum geschlossen sind, damit kein Käse auslaufen kann.

6

Die Röllchen mit der Verschlussstelle nach unten, dicht an dicht nebeneinander, in einer großen, flachen Kasserolle oder tiefen Pfanne im heißen Öl anbraten. Erst wenn sie dort hübsch braun geworden sind, drehen und wenn alles rundum gebräunt ist, mit etwas Brühe ablöschen. Zugedeckt auf kleinem Feuer etwa 20 bis 25 Minuten gar ziehen lassen.

7

Dazu gibt es eine Petersiliensauce. Dafür fein gehackte Zwiebel in Butter weichdünsten. Die Petersilienblätter abzupfen und beiseitelegen. Die Stiele zur Zwiebel geben, mit Brühe auffüllen. Salz und ein Stück Zitronenschale zufügen. Zugedeckt 20 Minuten leise köcheln.

8

Die Stiele entfernen, Crème fraîche zufügen, etwas Zitronensaft, Cayenne und eine Prise Zucker. Die Blätter zufügen und zusammenfallen lassen. Dann alles mit dem Mixstab zur cremigen Sauce mixen und abschmecken.

Dazu gibts Baguette oder Brot.

REZEPT - ROSENKOHL MIT KARTOFFELKRUSTE

ZUTATEN

- 1 schöner Wirsingkopf
- Salz
- Pfeffer
- 100-150 g Südtiroler Speck
- 2 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Muskat
- Prise Zucker
- Zitronenschale (von $\frac{1}{4}$ Zitrone)
- Salz
- Pfeffer
- 3-4 Thymianzweige
- 2 Scheiben Schüttelbrot (ca. 100 g oder 6-8 Scheiben Knäcke-Roggenbrot)
- ca. 200-250 ml Brühe
- 150-200 g Bergkäse in dicken Scheiben
- 2 Eier

- Schnittlauch
- 2 EL Öl zum Braten
- **Für die Sauce:**
- 100-150 g Südtiroler Speck
- 2 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Muskat
- Prise Zucker
- Zitronenschale (von ¼ Zitrone)
- Salz
- Pfeffer
- 3-4 Thymianzweige
- 2 Scheiben Schüttelbrot (ca. 100 g oder 6-8 Scheiben Knäcke-Roggenbrot)
- ca. 200-250 ml Brühe
- 150-200 g Bergkäse in dicken Scheiben
- 2 Eier
- Schnittlauch
- 2 EL Öl zum Braten