

BELLA POLETTA

Die echte italienische Küche – in unserer Serie zeigt Sterneköchin Cornelia Poletto, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



FOLGE **80** Spitzkohl-Wickel

mit Salsiccia (gewürzte grobe Bratwurst)





Cornelia Poletto löst 8 große Blätter vom Spitzkohl ab



Die Kohlwickel werden mit Küchengarn zugebunden

Spitzkohl-Wickel

mit Salsiccia

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zubereitungszeit: ca. 1¼ Stunden

Zutaten (für 4 Portionen):

1 Spitzkohl, Meersalz, 500 g Tomaten. **Für die Füllung:** 1 Zwiebel, 1–2 Stiele Salbei (8–10 Blättchen), 250 g Salsiccia (gewürzte grobe Bratwurst), 250 g Schweinehack, 1 TL Fenchelsamen, 1 Ei, 3 EL Semmelbrösel, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, Meersalz.

Außerdem: 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 4 EL Olivenöl, 1 TL Zucker, 100 ml Weißwein, Meersalz, schwarzer Pfeffer.

- Vom Spitzkohl 8 schöne große Blätter ablösen und in kochendem gesalzenem Wasser 1–2 Minuten sprudelnd kochen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
- Die Stielansätze der Tomaten keilförmig herausschneiden. Die Tomaten ins kochende Wasser geben, herausheben und kalt abschrecken. Dann die Tomaten vierteln, dabei häuten und entkernen.
- Für die Füllung die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Salbei waschen, trocken schütteln. Die Salbeiblätter abzupfen und 3–4 Blätter fein schneiden. Restliche Blätter beiseitelegen.
- Die Salsiccia aus der Pelle drücken. Mit dem Schweinehack, Zwiebeln, Fenchelsamen, fein geschnittenem Salbei, Ei, Semmelbröseln und Pfeffer verkneten. Mit Salz abschmecken.
- Die Spitzkohlblätter auf die Arbeitsfläche legen und trocken tupfen. Dicke Blatttrippen etwas flacher schneiden. Die Fleischmasse darauf verteilen. Die Seiten der Blätter jeweils etwas über der Füllung einschlagen, aufrollen. Die Spitzkohl-Wickel mit Küchengarn zubinden.
- Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Schalotte und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Tomaten würfeln. Den restlichen Spitzkohl in Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Spitzkohl-Wickel darin rundherum kurz anbraten, herausnehmen.
- Die Schalotte, den Knoblauch, die restlichen Salbeiblätter und den in Streifen geschnittenen Spitzkohl im Bratfett andünsten, mit Zucker bestreuen und etwas karamellisieren lassen, salzen und pfeffern. Den Wein angießen, etwas einkochen lassen, die Tomaten zugeben, aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Gedünstetes Gemüse auf dem Boden einer feuerfesten Form verteilen. Die Wickel darauflegen. Form mit Alufolie verschließen, die Wickel auf der zweiten Schiene von unten im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten schmoren lassen. Dazu passen kleine gebratene Kartoffeln.

Pro Portion:

ca. 630 kcal, 41 g Eiweiß, 37 g Fett, 21 g Kohlenhydrate

- * Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto (www.cornelia-poletto.de) verpasst? Unter www.fuersie.de/poletto können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.



Polettos Wein-Tipp

Hierzu empfiehlt Dirk Pauleweit, Sommelier im „Poletto“, einen Roséwein aus der Lombardei: „Der 2009 Chiaretto von Le Morette präsentiert sich mit lachs-roséfarbenen Nuancen und Aromen von Erd- und Himbeeren lebhaft im Glas. Am Gaumen harmonisch und sanft.“ Für ca. 7,90 Euro, fam@poletto.de, Tel. 0 40/4 80 21 59.