

# DINNERLY



## Miso-Senffeier an geröstetem Rosenkohl und cremigem Kartoffelpüree



ca. 40min



2 Portionen

Heute kratzen wir am etwas eingerosteten Kantinen-Image der allseits bekannten Senffeier – und was bei unserer Neuinterpretation zum Vorschein kommt, ist ein modernes, harmonisches und absolut köstliches Gericht. Es bleibt zwar bei gekochten Eiern und Kartoffelpüree, dazu gibt es allerdings goldbraunen, ofengerösteten Rosenkohl und natürlich eine Senfsauce, die durch die Zugabe von Misopaste unwiderstehlich wird. Umami pur!

## WAS DU VON UNS BEKOMMST

- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 2 Bio-Eier<sup>3</sup>
- 400g Rosenkohl
- 25g Misopaste<sup>1,6</sup>
- 1 Päckchen körniger Senf<sup>10</sup>
- 1 Packung Schlagsahne<sup>7</sup>

## WAS DU ZU HAUSE BENÖTIGST

- 2 Knoblauchzehen
- 1EL Butter<sup>7</sup>
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## KÜCHENUTENSILIEN

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- 2 kleine Töpfe
- mittelgroßer Topf
- Sparschäler
- Sieb
- Kartoffelstampfer

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## ALLERGENE

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## NÄHRWERTANGABEN PRO

### PORTION

Energie 632kcal, Fett 35.8g, Kohlenhydrate 59.6g, Eiweiß 19.4g



### 1. Kartoffeln kochen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in grobe Würfel schneiden, dann in das kochende Wasser geben und in ca. 15Min. gar kochen.



### 4. Eier & Sauce kochen

Die **Eier** vorsichtig in das kochende Wasser geben und in ca. 6Min. weich kochen, dann abgießen und kalt abschrecken. **1EL Misopaste** in einem weiteren kleinen Topf mit dem **Senf**, der **1/2 der Sahne**, 3TL Essig und 1TL Honig verrühren, mittelhoch erhitzen und 5–8Min. unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen, bis die **Sauce** eindickt.



### 2. Rosenkohl vorbereiten

In einem kleinen Topf ausreichend Wasser für die **Eier** zum Kochen bringen. Den **Rosenkohl** halbieren, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen, mit 1EL Olivenöl beträufeln und großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. **Tipp:** Evtl. vorhandene lose **Rosenkohlblätter** können einfach mit auf dem Blech verteilt werden.



### 5. Püree stampfen

Die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und mit 1EL Butter zu einem **Püree** stampfen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Eier** schälen und halbieren. Das **Kartoffelpüree** mit den **Eiern** und dem **Rosenkohl** anrichten und mit der **Sauce** beträufelt servieren.



### 3. Rosenkohl rösten

Das Öl und die Gewürze mit den Händen in den **Rosenkohl** einmassieren und den **Rosenkohl** gleichmäßig auf dem Blech ausbreiten, dann im Ofen in 17–19Min. goldbraun rösten. 2 Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Den Knoblauch während der letzten ca. 3Min. Backzeit zum **Rosenkohl** geben, untermengen und alles fertig rösten.



### 6. Milchgesicht

Wer sein Kartoffelpüree etwas cremiger mag, gibt beim Stampfen noch einen Schuss Milch dazu. Besonders gut gelingt das Püree übrigens, wenn die Milch vorher kurz erwärmt (aber nicht gekocht!) wird.