

WEIßKOHL GEBRATEN MIT JOGHURT DRESSING UND FLADENBROT



Zutaten für 4 Personen als Hauptgericht:

ca. 1 kg Weißkohl
2 TL Salz
2 TL Chilipaste
Pfeffer schwarz
8 EL Rapsöl
8 EL Joghurt
2 EL Schwarzkümmelsamen
Fladenbrot als Beilage

Zubereitung:

Den Kohlkopf halbieren, Strunk raus schneiden. Dann die Stücke nochmals halbieren und in grobe Streifen schneiden. Das Öl in eine Pfanne geben und darin den Kohl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Chilipaste abschmecken. Die Temperatur reduzieren und solange dünsten lassen, bis das Kraut weich und dennoch bissfest ist. Auf Tellern anrichten und Joghurt drüber geben und mit etwas Kümmelsamen bestreuen. Dazu Fladenbrot servieren.