

Rosenkohl

[Rosenkohl](#) gibt es frisch nur im Winter, denn die Haupterntezeit liegt im November und Dezember. Man sollte ihn nach dem ersten Frost kaufen, denn dann ist er nicht mehr so bitter sondern leicht süßlich.

Vorbereitung

1 kg Rosenkohl putzen

Das untere Strunk-Ende quer abschneiden (vgl. [Blick in die Küche](#)) und die äußeren welken und dunkelgrünen Blätter entfernen bzw. abschneiden (vgl. [Blick in die Küche](#)).

Mit einer scharfen Messerspitze (z.B. vom [Windmühlmesser](#)) die einzelnen Kohl-Röschen unten am Strunk kreuzförmig einstechen. (Vgl. [Blick in die Küche](#)). Dadurch hat das dickere Ende später die gleiche Garzeit, wie die Blättchen.

Rosenkohl kochen

Geputzten Rosenkohl in einen Topf geben (vgl. [Blick in die Küche](#)), salzen und 300 ml Wasser aufgießen. Mit Deckel aufkochen und ca. 12-15 min. weiterkochen, bis der Rosenkohl gar ist. (Mit einem [spitzen Messer](#) reinstechen und prüfen, ob er schon weich ist).

Nach dem Kochen den Kohl über einem [Sieb](#) abgießen und dabei den Rest Kochwasser (ca. 200 ml) in einem Topf oder einer Schüssel auffangen für die spätere Soße.

Mehlschwitze (Soße) herstellen

20-25 g Butter

2 gestrichene EL Mehl

Die ca. 200 ml Kochwasser

100 ml Milch

Pfeffer

Evtl. noch Salz

1 gestrichener Teel. [gekörnte Brühe](#)

Etwas geriebene Muskatnuß
(reiben mit der [T-M-Reibe](#))

1 Spritzer Zitrone

Die genauere Darlegung der Mehlschwitzen-Zubereitung findet sich [hier](#)

Mit diesen Ingredienzien die Mehlschwitze zubereiten und danach abschmecken. (Evtl. noch etwas Salz, Brühe oder Zitronensaft)

1 Schuß Sahne	
Den gekochten Rosenkohl in die Mehlschwitzen-Soße geben. Vorsichtig umrühren und noch mal erhitzen.	