

Grünkohl mit Kürbis und Granatapfel



1. Kürbis waschen, je nach Sorte schälen, und in Scheiben schneiden.
 2. In eine ofenfeste Form geben und mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und 1-2 EL getrockneten Chilis oder Chilipulver bestreuen und im vorgeheizten Ofen, auf 200° C, 10-15 Minuten rösten. Wer mag, gibt noch 1 - 2 ungeschälte Knoblauchzehen dazu.
 3. Während der der Kürbis im Ofen ist, den Federkohl waschen und in Mundgerechte Stücke schneiden, die etwas härteren Stiele kurz in kochendem Wasser blanchieren, in einer Schüssel den Federkohl mit 1 EL Olivenöl und etwas Salz wenden.
 4. Federkohl zum Kürbis geben, alles gut vermengen und weitere 5 - 10 Minuten garen, bis der Kürbis weich ist.
 5. Rausnehmen und mit Granatapfelkernen vermengen.
- Der **Granatapfel kann z.B. durch Birnenstücke oder Traubenhälften ersetzt** werden. Es geht darum, eine knackige, süsse Komponente dem etwas schärferen Federkohl-Kürbis-Gemüse hinzuzufügen.
6. Dazu passt eine kalte Sauce aus Naturjoghurt gemischt mit 1-2 TL Tahini, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer

Wir wünschen „Guten Appetit“

