



Irishes Colcannon

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Personen):

1 Weißkohl, 500 g Kartoffeln, 1 Stange Lauch, 150ml Milch, 30 g Butter, 150 g Dörrfleischwürfel, Olivenöl, Salz & Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

1. Die Kartoffeln waschen, schälen, grob würfeln und in Salzwasser ca. 15 Minuten kochen. Danach das Kochwasser abgießen.
2. In der Zwischenzeit vom Weißkohl evtl. unschöne Blätter und den Strunk entfernen, vierteln, waschen und in grobe Streifen schneiden. In einem Topf mit Wasser ca. 10 Minuten dünsten, aus dem Topf nehmen und abtropfen lassen. Den Lauch halbieren, waschen und in ca. 1/2 cm dicke Ringe schneiden.
3. Dörrfleischwürfel in etwas Olivenöl andünsten, ca. ¼ aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. Den vorgekochten Weißkohl und den Lauch zu den Dörrfleischwürfeln geben und kurz mitbraten. Die Kartoffeln zerstampfen und mit einem Schneebesen die erhitzte Milch, die Butter und die Gewürze unterschlagen. Grob mit dem Gemüse vermischen und mit den restlichen Dörrfleischwürfeln bestreuen. Sofort servieren!

Tipp! Colcannon ist ein traditioneller irischer Eintopf, der auch mit Grünkohl zubereitet werden kann. Früher wurde Colcannon als Hauptgericht gekocht, heute ist es eher eine Beilage, meist zu Fleischgerichten. In diesem Fall reicht das Rezept für 6 – 8 Portionen.

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf