

# Rotkohl süß-sauer

Bio Kochbox KW 38



# Rotkohl

## süß-sauer



### MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

### Für 2 Portionen:

- 450 g Rotkohl
- 1 rote Zwiebel
- 15 g Ingwer
- ½ frische Ananas/1 Glas Ananas
- ½ EL Currypaste
- 50 ml Orangensaft
- 100 ml Gemüsefond
- ½ Packung Mie-Nudeln

### Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 2 EL Öl
- 2 EL Essig
- 1 EL kalte Butter
- 1 EL Honig
- 2 TL Sojasoße

### Zubereitung:

Die äußeren Blätter des Kohls entfernen. Rotkohl nochmals halbieren und den Strunk entfernen. Blätter in 1,5 cm große Würfel schneiden. Zwiebel würfeln. Ingwer schälen und fein hacken. Ananas schälen, längs halbieren und Strunk entfernen, Fruchtfleisch in Würfel schneiden (Früchte aus dem Glas abtropfen lassen).

Öl in einem weiten Topf erhitzen, die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze andünsten. Kohl, Ingwer und Ananas zugeben und 10 Minuten mitdünsten. Currypaste und Essig zufügen und weitere 5 Minuten dünsten. Nun Orangensaft und Brühe angießen, Kohl mit Sojasauce würzen und bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten unter gelegentlichem Rühren bei leicht geöffnetem Deckel leise köcheln lassen.

Nach 15 Minuten den Deckel abnehmen und Rotkohl weitere 25 Minuten köcheln lassen. Ist der Kohl zu trocken, etwas Brühe angießen. Honig und Butter unter den Kohl rühren. Mit Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu Mie-Nudeln nach Packungsanweisung kochen.

Kohl mit den Nudeln servieren.