

# Spitzkohlknöllchen mit Kartoffel-Quarkfüllung

## Zubereitet mit: Pfanni

ca. 50 min | einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

- 1 Spitzkohl
- Jodsalz
- 1 Beutel PFANNI Kartoffel Püree - Das Komplette
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 1/2 Bund Petersilie
- 1/2 Bund Kerbel
- 5 getrocknete Tomaten
- 50 g Pinienkerne
- 200 g Quark
- 50 g frisch geriebener Parmesankäse oder anderer Hartkäse
- Pfeffer
- 20 g Margarine oder Butter
- Muskat
- Fett für die Form
- 1 Bund feine Fingermöhren
- 2 Schalotten
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Zucker
- 250 ml Gemüsebrühe, z.B. von Knorr
- 200 ml Kochsahne (15% Fett)
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 EL MONDAMIN Saucenbinder, hell

## Nährwerte

| | |
|---|---|
| Energie (Kilojoule): | 2450 kJ |
| Energie (Kilokalorien): | 587 kcal |
| Fett: | 32 g |
| davon gesättigte Fettsäuren: | 12 g |
| Kohlenhydrate: | 42 g |
| davon Zucker: | 25 g |
| Ballaststoffe: | 14 g |
| Eiweiß: | 25 g |
| Salz: | 1,5 g |

## Zubereitung

1. Spitzkohlblätter vom Strunk lösen und die Blattrippen flach schneiden. Spitzkohlblätter in sprudelndem Salzwasser etwa 2 Minuten blanchieren, danach in kaltem Wasser abschrecken und trocken tupfen.

2. Pfanni Kartoffelpüree nach Packungsanleitung, jedoch nur mit der Hälfte Wasser zubereiten. Je 1/2 Bund Schnittlauch, Petersilie und Kerbel abspülen und fein hacken. 5 getrocknete Tomaten in feine Würfel schneiden. 50 g Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und hacken. 200 g Quark, 50 g Parmesan, Tomaten, Pinienkerne sowie die Kräuter unter das Kartoffelpüree rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

3. Je ein Spitzkohlblatt in eine kleine Kelle drücken, 2-3 EL der Füllung hineingeben. Blatt-Enden überschlagen, so dass eine Kugel entsteht. Spitzkohlknöllchen in eine gefettete Auflaufform setzen, jeweils mit etwas Butter oder Margarine belegen und Spitzkohlknöllchen mit Kartoffel-Quarkfüllung im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 180 °C/Gas Stufe 3) etwa 10 Minuten backen.

4. 1 Bund Karotten putzen, abspülen und je nach Größe längs halbieren. 2 Schalotten abziehen und fein würfeln.

5. 1 EL Öl in einer hohen Pfanne erhitzen, Karotten und Schalotten zugeben und mit 1 EL Zucker karamellisieren. 250 ml Brühe angießen. Karotten etwa 7 Minuten garen. 200 ml Sahne zugeben und weitere 3 Minuten kochen lassen. Zitrone abspülen und die Schale auf der Küchenreibe fein abreiben, Saft auspressen. 1 TL Zitronenschale und etwa 2 TL Zitronensaft zu den Karotten geben. Nach Belieben mit 1 EL Mondamin Saucenbinder binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spitzkohlknöllchen mit Kartoffel-Quarkfüllung und Gemüse anrichten.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 50 min

# Nutzungsbedingungen

## Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

## Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

## Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

## Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

## PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?
Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.

Unilever Deutschland Holding GmbH
Kontakt aufnehmen