

Rezept · Heute mal was Kurzes mit K. Ich liebe Kohlrabi, dieses vermutlich deutscheste unter den Gemüsen, das gerade so ein wenig internationale Karriere macht. Weil eine Mitesserin die senfige Knolle nicht mag, gibt es bei mir leider viel zu selten Kohlrabi. Und wenn, dann nur auf eine bestimmte Weise (siehe unten). Viele Köch:innen tun sich schwer mit dem Kohl, der keiner ist. Deshalb findet man im Web auch nur sehr wenige kreative Ideen rund um den Kohlrabi. *[Lesezeit ca. 2 min]*

Üblicherweise wird er in Wasser zu Tode gekocht und dann unter einer Mehlschwitze versteckt. Oder einfach irgendwie als Rohkost mit dem einen oder anderen Dip serviert. Wohlmeinende Zubereiter:innen lassen ihm den Biss und servieren ihn in Butter geschwenkt. Das ist schonmal ein Ansatz. Und dorthin führt auch mein über die Jahre kultivierter Weg. Der stammt noch aus der Zeit als Kohlrabi sehr viel schärfer war als heute, man hat ihm eine Menge Senföle weggezüchtet über die Jahre. Frischer Kohlrabi, besonders in Form kleiner Knollen, war bisweilen so bissig, dass man ihn kaum roh essen mochte. Also begann ich, Kohlrabi in Milch zu kochen:

Du schneidest der Knolle oben und unten den Deckel ab und schälst sie dann so großzügig, dass kein Hauch Holziges bleibt. Dann schneidest du sie in Stifte, die etwa so dick sind wie ein kleiner Finger. Gib die Stifte in einen Topf und gieß so viel Milch an, dass das Gemüse gerade eben so bedeckt ist (eher weniger als mehr). Pell eine Knoblauchzehe und wirf sie dazu – sie kommt später wieder raus. Koch die Milch einmal auf und reduzier dann die Hitze, dass sie gerade eben so blubbert. So brauchen die Kohlrabistifte ungefähr 12 ~ 15 Minuten bis sie weich, aber bissfest sind. Du könntest die Milch für eine kleine Bechamel verwenden; ich tue das nicht. Nun schäumst du ordentlich Butter in einer Pfanne auf. Lass den Kohlrabi auf einem Sieb abtropfen und gib ihn dann in die Butter. Würze mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss. Schwenk das Gemüse gut durch und servier es als strahlende Beilage – gern im Verein mit Kartoffeln.

Kohlrabi geht auch prima als Ofengemüse. Die Knolle(n) wird/werden in Stifte geschnitten, die gern fingerdick sein dürfen. In einer Schüssel vermischst du sie mit Salz und reichlich Olivenöl. Schütte die Kohlrabistifte auf ein Backblech. Bei 180° Umluft sind sie in 20~25 Minuten fertig. Kohlrabi als Pommes? Auch das geht. Wichtig ist, dass du die Stifte ca. 8~10 Minuten blanchierst, dann sehr gut trocknen lässt und anschließend sanft mit Kartoffelmehl puderst. Dann kannst du sie gut frittieren.

Kohlrabi verträgt sich gut mit Zitronensaft und -abrieb und Petersilie. Pfeffer passt nicht so gut, dafür aber Cayenne. Er lässt sich mit den üblichen Zutaten (z.B. Curry und Sesam) in die asiatische Ecke treiben oder süß-sauer in Salaten verwenden. Stampfen oder pürieren ist nicht des Kohlrabis Ding. Tomaten gehen gar nicht zum K-Gemüse; überhaupt sperrt er sich noch am ehesten gegen die mediterrane Küche.