

Manchmal kann Kochen soo einfach sein und das Ergebnis so herzerwärmend. Im vorliegenden Fall müssen du und deine Mitesser aber Rosenkohl mögen. Wobei: Bisher hat diese Methode, das grüne Knöllchen zu garen, noch jeden Rosenkohlhasser überzeugt. Denn durch das Garen im Backofen entstehen feine Röstaromen, die den Geschmack in eine andere Richtung drehen. Dazu kommen in der Pfanne geschwenkte, kleine Pellkartoffeln und geröstete Walnusskerne. Wer mag kann sich dazu eine Joghurt-Soße anrühren - in dieser Kombination zum Beispiel mit Zitrone und Dill gewürzt.

Für drei Esser, die dies als Hauptgericht vertilgen werden, brauchst du ein Netz Rosenkohl, das sind 750 Gramm. Kaufst du die Brüsseler Sprossen lose, rechne mit 300 Gramm pro Person. Bei Edeka gibt es Beutel mit 500 Gramm kleinen Kartoffeln, die „Schmörkes“ heißen - die passen prima. Aber natürlich auch sowas wie Hörnle oder ähnlich kleine Knollen. Davon brauchst du pro Nase etwas 150 Gramm. Und dann noch je eine kleine Handvoll Walnusskerne pro Esser.

Da die Kartoffeln mit Schale gekocht und gegessen werden, musst du jedes einzelne Erdäpfelchen sorgfältig unter fließendem Wasser säubern. Dann kochst du die benötigte Menge 20 Minuten lang in gut gesalzenem Wasser. Gieß am Ende das Wasser ab und stell die Kartoffeln beiseite. Dann heizt du den Ofen auf 180° Umluft vor, legst ein Backblech mit Backpapier aus und stellst es bereit. Putz jeden Rosenkohl sorgfältig und halbiere ihn. Dann blanchierst du die Rosenkohlhälfte ungefähr 5 bis 6 Minuten in sprudelnd kochendem, leicht gesalzenem Wasser. Gib sie in ein Sieb, schreck sie mit kaltem Wasser ab und lass sie gut abtropfen. Nun gibst du reichlich Olivenöl auf das Backpapier und verteilst den Rosenkohl darauf. Spenkle weiteres O-Öl drauf und würze mit nicht zu wenig grobem Meersalz. Schieb das Blech in den Ofen. Das Backen wird ungefähr 20 Minuten dauern. Aber: Vorsicht! Ungefähr ab Minute 15 musst du immer wieder einen Blick ins Rohr werfen; die Kohlhälften sollen ruhig an den Rändern braun werden, aber nicht schwarz, dann würden sie bitter.

Röste die Walnusskerne vorsichtig in einer trockenen Pfanne und stell sie beiseite. Gib ordentlich Olivenöl in eine Pfanne und brate die Töffelchen so lange durch bis auch sie geröstete Stellen aufweisen, also dunkelbraune, fast schwarze Regionen. Dann wirfst du die Nüsse dazu, schwenkst durch und stellst die Sache warm bis der Rosenkohl den von dir angestrebten Zustand erreicht hat. Der wird zum Schluss mit einem Hauch frisch geriebener Muskatnuss gewürzt. Das war's dann auch schon. Kommt dir die das Ganze zu trocken vor,

kannst du Butter auf den Tisch bringen, und jeder beflockt seinen Teller nach Gusto damit.  
Nachgewürzt wird übrigens auch nur mit Salz.