

Hauptmahlzeit / Kinder /

Honig Balsamico Rosenkohl

Rosenkohl gehört ja nicht unbedingt zu den Dingen, die Kinder gerne essen. Zumindest mein Sohnmann, rümpft bei leuchtend grün erstmal die Nase. Diese Rosenkohlversion ist aber etwas anders, als gekocht, mit Speck und einer Portion Butterschmalz. Dieser Rosenkohl wird im Ofen geröstet, bis er außen leicht knusprig ist. Durch die Marinade aus Honig und Balsamico bekommt er einen leicht süßlichen Geschmack. Also falls Kinder und Rosenkohl eventuell Freunde werden könnten, dann wahrscheinlich so.

Zutaten

- 700 gr - Rosenkohl
- 1.5 EL - Honig
- 1 EL - Olivenöl
- 40 ml - Balsamico
- 1 - Knoblauchzehe
- - Salz & Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft) vorheizen.
2. Den Strunk vom Rosenkohl abschneiden und die obersten Blätter entfernen. Nun den Rosenkohl halbieren.
3. Den Knoblauch schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Zusammen mit allen anderen Zutaten vermengen und den Rosenkohl anschließend darin marinieren.
4. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den marinierten Rosenkohl darauf geben. Im Backofen für ca. 20-30 Minuten goldbraun backen.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia