

Kohl-Canapé

Sachbezeichnung

Smørrebrød mit Kohlsalat und Salzmandeln



Ausbeute

10 Stück zu 147 g, 10x10 cm



Zeitplanung

Zubereitung: 30 Minuten
 Röstzeit: 25 Minuten/150°C



Nährwerte (100 g oder 100 ml)

Energie: 697 kJ/166 kcal;
 Fett: 9 g, davon ges. Fettsäuren 2.5 g;
 Kohlenhydrate: 16 g, davon Zucker 4.9 g;
 Eiweiss: 3.9 g; Salz 2.4 g

Zutaten

Kohl-Canapé (1'470 g)

645 g	Smørrebrød-Scheiben
80 g	Streichbutter mit grobem Senf
350 g	Weisskohlsalat
350 g	Rotkohlsalat
45 g	Salzmandeln

Weisskohlsalat (353 g)

310 g	Weisskohl
1 g	Kümmel, ganz
2 g	Speisesalz
30 g	Weisswein-Essig
10 g	Rapsöl

Salzmandeln (434 g)

420 g	Mandeln, geschält
10 g	Zuckersirup 30°Bé
4 g	Speisesalz

Streichbutter mit grobem Senf (81 g)

60 g	Butter
10 g	Wasser
1 g	Speisesalz
1 g	Worcestersauce
9 g	Senf, grobkörnig

Rotkohlsalat (354 g)

230 g	Rotkohl, roh
80 g	Apfel, in kleine Würfel geschnitten
2 g	Speisesalz
25 g	Weisswein-Essig
7 g	Rapsöl
10 g	Honig
0 g	Zimt, gemahlen

Herstellung

1

Zutaten

Der Kohl – als einheimischer Superfood bezeichnet – wird mit Klassikern wie Kümmel und Apfel kombiniert. Weitere Zutaten, die vor allem zum Rotkohl passen, sind Honig und Zimt.

2

Hobeln und Vermischen

Den Kohl möglichst fein hobeln und mit den anderen Zutaten vermischen.

3

Salate

Damit das Brot nicht aufgeweicht wird, nur wenig Dressing für die Salate verwenden. Die Salate über Nacht stehen lassen, damit sie schön durchziehen können.

Es wird bewusst auf Mayonnaise verzichtet, um eine leichtere Alternative zum klassischen Selleriesalat mit Mayonnaise zu bieten.

4

Brot bestreichen

Für die Streichbutter die zimmerwarme Butter mit dem Salz schaumig schlagen. Die Flüssigkeiten nach und nach begeben und zum Schluss den Senf dazugeben.

Die Smørrebrød-Scheiben mit Streichbutter bestreichen, damit sie vor austretenden Gemüsesaft geschützt sind. Das dunkle Smørrebrød passt sehr gut zum rustikalen Belag.

Für eine laktosefreie Variante kann auch Hummus verwendet werden.

5

Portionieren

Je zwei Kugeln weisser und roter Kohlsalat mit einem Glacelöffel (4 cm Ø) auf das Brot portionieren. Diese Variante kann auch à la minute hergestellt werden, da man den Belag nicht aufstreichen muss.

6

Salzmandeln

Die Mandeln mit dem Sirup befeuchten und auf ein Blech geben. Das Salz darüberstreuen und die Mandeln bei 150°C etwa 25 Minuten goldbraun rösten.

7

Fertigstellen

Mit 5 Salzmandeln und einer Erbsensprosse garnieren.