

## Geschmorter Spitzkohl mit caramelisiertem Speck



© le menu

### ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

SCHMOREN: ca. 60 Minuten

FÜR 4 Personen

Gratinform von ca. 2,5 Liter Inhalt

Backpapier für die Form

#### SPITZKOHL

2 Spitzkohlköpfe, ca. 1,2 kg, in Vierteln

2 EL Rapsöl

Salz, Pfeffer

2 dl Gemüsebouillon

#### SPECK

300 g geräucherter Speck am Stück, in 1-cm-Würfeln

1 EL Zucker

1 EL Ahornsirup oder flüssiger Honig

### ZUBEREITUNG

#### SPITZKOHL

in die vorbereitete Form legen, mit Öl bestreichen, würzen, Bouillon dazugießen.

#### SCHMOREN IM OFEN

In der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens 50–60 Minuten schmoren.

#### SPECK

mit Zucker mischen, in einer sehr heissen Pfanne ohne Fettstoff rundum anbraten, bis der Zucker caramelisiert. Ahornsirup dazugeben, 2–4 Minuten köcheln lassen.

#### FERTIGSTELLEN

Spitzkohl anrichten, Speck dazugeben, mit Caramel beträufeln.

[www.lemenu.ch](http://www.lemenu.ch)