

Typ: Salat

Quelle: Ottolenghi, Tamimi: Jerusalem, S. 46

Bemerkungen: Kohlrabi ist schon ein recht ungewöhnliches Gemüse - eine Art Kohl mit verdickter Sprossachse, der wie ein blassgrüner oder violetter Apfel aussieht und dessen Fruchtfleisch in Textur und Geschmack dem von Rettich nicht unähnlich ist. Mit seiner runden Knolle, aus der die langen, geraden Stiele mit den Blättern sprießen, wirkt er geradezu wie ein Alien unter den Gemüsen. Das ist vielleicht auch der Grund, weshalb man, von Deutschland einmal abgesehen, in der westlichen Welt nicht viel mit ihm anzufangen weiß. In Israel aber liebt man ihn, sicher auch weil er so einfach zu ziehen ist und einen schönen frischen Geschmack hat. In Jerusalem wird er vorwiegend zu frischen, knackigen Salaten verarbeitet, mitunter auch in Kombination mit anderem Gemüse und Obst wie Fenchel, Rettich, Kohl oder Äpfeln. Aber auch in sahnigen Gratins oder gefüllt erfreut sich Kohlrabi großer Beliebtheit.

Dieser einfache, frische Salat, den man vor oder nach dem Hauptgang genießen kann, ist im NOPI, unserem Restaurant im Londoner Westend, entstanden. Zusammen mit anderen Salaten oder gekochtem Gemüse wird daraus eine leichte Hauptmahlzeit. Verwenden Sie möglichst kleine Kohlrabi mit fester, glatter Schale.

Zutaten:

- 3 mittelgroße Kohlrabi (750 g)
- 50 g griechischer Joghurt
- 70 g saure Sahne
- 50 g Sahne
- 1 kleine Knoblauchzehe, zerdrückt
- 1½ TL Zitronensaft
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL frische, fein geschnittene Minze
- 1 TL getrocknete Minze
- 20 g Brunnenkresse
- ¼ TL gemahlener Sumach
- Salz und weißer Pfeffer

Rezept: Kohlrabi schälen, in 1,5 cm große Würfel schneiden und in eine große Schüssel füllen.

Den Joghurt in einer kleinen Schüssel mit saurer und süßer Sahne, Knoblauch, Zitronensaft, Olivenöl, ¼ Teelöffel Salz sowie 1 kräftigen Prise Pfeffer verrühren und das Dressing über die Kohlrabiwürfel gießen. Die Minze und die Hälfte der Brunnenkresse hinzufügen. Den Salat vorsichtig durchmischen, in einer Servierschüssel anrichten und mit der restlichen Brunnenkresse und dem Sumach bestreuen.