

Kohlrabi-Hirse-Schichtauflauf mit Kräuter- Soße

Für 2 Portionen

400 g Kohlrabi
20 g Pinienkerne

150 g Hirse
300 ml Brühe

50g gehackte Kräuter aus z.B.
Petersilie, Schnittlauch, Kresse
1 Schalotte
150 g saure Sahne/lactosefrei
Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
Salz
Muskat

3 EL Paniermehl

2 EL Mandelmus

Kohlrabi waschen, schälen und auf dem Gemüsehobel in dünne Scheiben hobeln. Pinienkerne in einer Pfanne rösten. Die Pinienkerne herausnehmen und die Hälfte im Mörser zerdrücken. Die Hirse in Brühe für 20 Minuten ohne Umrühren kochen lassen.

Die Kräuter waschen und trockenschleudern. Anschließend werden die Kräuter gehackt. Die Schalotte schälen, würfeln und zu den Kräutern geben. Die saure Sahne unterheben. Alles einmal mit dem Pürierstab gut durchpürieren. Mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Die Auflaufform dünn mit grüner Sauce befüllen. Dann eine Schicht Kohlrabi hineinlegen. Die Hirse mit den gemörserten Pinienkernen mischen und 1 cm dick darauf geben. Dann wieder Kohlrabi einschichten und Hirse darüber geben. Abschließend Mandelmus mit Paniermehl und Pinienkernen mischen und den Auflauf damit bestreuen und in den Ofen schieben.