

Auf den Kohl gekommen! 10 geniale Grünkohlrezepte

Wintergemüse in Bestform

10 REZEPTE MIT GRÜNKOHL



Falls du Grünkohl nur als Omas Sonntagseintopf kennst, dann lohnt sich jetzt ein zweiter Blick allemal. Das Wintergemüse mit seinen filigranen Blättchen wird nicht umsonst die zweite, ach was, vielleicht auch schon die dritte oder vierte Saison gehyped. Und zwar nicht nur bei Fitness Foodies. Der Kohl ist wieder da - in Bestform und in allen möglichen Varianten, wie du sie dir nur erträumen kannst. Auf Foodblogger ist eben Verlass, sie versorgen dich mit raffinierten Ideen rund um Grünkohl Rezepten.

Sollte Grünkohl Rezepten allein dir als Wintergenüsse nicht reichen, kannst du mit Wirsing, Lauch und Chicorée natürlich noch etwas Abwechslung in deine Gemüseküche bringen.

Soba-Nudeln mit schwarzem Pfeffer, Grünkohl und Tofu

Grünkohl Asia-Style: Nicht nur die japanischen Buchweizennudeln sorgen für ein entstaubtes Grünkohlgericht, es ist vor allem die Würze. Sesamöl und Sojasauce verleihen dem Nudelgericht zusammen mit Agavendicksaft eine feine fernöstliche Geschmacksnote. Dann ist die Köstlichkeit auch noch vegan und glutenfrei, was will man mehr? [Zum Rezept](#)



[Soba-Nudeln mit Grünkohl und Tofu](#) © Nadine Horn & Jörg Mayer | eat this!

Grünkohlpesto mit Pistazien

Grünes Pesto... Grünkohl? Hätte man eigentlich selbst drauf kommen können. Geht so ratzfatz wie der Klassiker und passt zu Pasta oder Brot. Für ein wenig Pfiff im Pestoglas sorgen je nach Gusto Chili oder Piment d'Espelette, für die nussige Note sind Pistazien zuständig. [Zum Rezept](#)

Auf den Kohl gekommen! 10 geniale Grünkohlrezepte



Grünkohlpesto mit Pistazien © Simone Filipowsky | S-Küche

Grünkohlrisotto mit Schinchenchips

Der Kohl mag es mediterran. Auch in einem cremigen Risotto zusammen mit Möhren, Frühlingszwiebeln und Knoblauch, legt er eine außerordentlich gute Vorstellung hin. Nur einer könnte ihm vielleicht die Show stehlen - der luftgetrocknete Schinken, der das Reisgericht krönend abrundet. [Zum Rezept](#)



Grünkohlrisotto mit Schinchenchips © Foodistas

Süßkartoffel-Waffeln mit Grünkohl-Brunnenkresse-Pesto

Ja, die Süßkartoffel-Waffel ist und bleibt erst einmal eine süße Waffel. Auch wenn sich die Kartoffel hier versteckt - aber eben eine süße. Darum ist die Süßkartoffel-Waffel auch ein echtes Allroundtalent: Sie mag ein fruchtiges Erdbeertopping ebenso gern wie ein herzhaft würziges aus einem Pesto mit Grünkohl, Brunnenkresse, Walnüssen und Gruyère. [Zum Rezept](#)

Auf den Kohl gekommen! 10 geniale Grünkohlrezepte



Süßkartoffel-Waffeln mit Grünkohl-Brunnenkresse-Pesto
© Sabrina Sue Daniels | Sabrina Sue – In Love with Food

Grünkohlchips mit Meersalz

Es ist doch so: Ist die Chipstüte erstmal offen, dann wird mit dem Snacken erst aufgehört, wenn wirklich bis zum letzten Krümel alles aufgefuttert ist. Ein ewiges Dilemma, dem du aber einfach entgehen kannst. Mach dir stattdessen Grünkohlchips. Grünkohl, Olivenöl, Meersalz und ein Backofen - das ist auch schon alles, was du brauchst. Und tadaa - so geht Snacken mit gutem Gewissen! [Zum Rezept](#)



Grünkohlchips mit Meersalz © Sarah Thor |
Gaumenpoesie

Ananas-Grünkohl-Cupcakes

Ananas? Grünkohl? Cupcakes? Nein, du hast dich nicht verlesen. So klingt ein verrückt-genialer Cupcake-Coup, den du bei deinem nächsten Backexperiment unbedingt einmal ausprobieren solltest. Kokos hat es sich übrigens auch noch im Teig gemütlich gemacht. So lernen Grünkohl Rezepte auch mal ein wenig Karibikflair kennen. [Zum Rezept](#)

Auf den Kohl gekommen! 10 geniale Grünkohlrezepte



Ananas-Grünkohl-Cupcakes © Denise Renée Schuster | Foodlovin

Grünkohleintopf mit Kasseler und Bratwurst

Er darf einfach nicht fehlen. Der gute alte Grünkohleintopf mit allem drum und dran. Und das heißt natürlich eine Extraportion Grünkohl, dazu Speck, Bratwurst, Kasseler und selbstverständlich Kartoffeln. Die zwei verstehen sich immerhin prächtig. Hier hast du ordentlich was auf dem Teller - wie es sich für gute Hausmannskost gehört. [Zum Rezept](#)



Grünkohleintopf mit Kasseler und Bratwurst © Tobias Müller | Der Kuchenbäcker

Grünkohlpesto mit Cashewkernen und Parmesan

Mit Zwiebeln, Knoblauch, Parmesan und Cashewkernen lässt sich der Kohl auch auf andere Weise zu einem Pesto verarbeiten. Chiliflocken sorgen für die Würze und ein paar Spritzer Zitronensaft für eine frische Note. Ganz klassisch: Zusammen mit deinen Lieblingsnudeln wird daraus ein superschnelles, leckeres Pastagericht. [Zum Rezept](#)

Auf den Kohl gekommen! 10 geniale Grünkohlrezepte



Grünkohlpesto mit Cashewkernen und Parmesan © Stefanie Hiekmann | schmecktwohl

Grünkohlsalat mit Birnen und Pekannüssen

Frisch und knackig, so soll Salat sein. Aber Kohl? Das Wintergemüse muss sich nicht immer weich gekocht im Eintopf verstecken. Frisch vom Markt verwandelt er sich zusammen mit süßen Birnen und Pekannüssen zu einem köstlichen Wintersalat, der für einen ordentlichen Energieboost sorgt. [Zum Rezept](#)



Grünkohlsalat mit Birnen und Pekannüssen

Grünkohlchips mit Sojasauce und Sesam

Wie bei Kartoffelchips, jeder mag sie anders. Nicht umsonst gibt es Chips in schier unendlich vielen Geschmacksrichtungen. Für ein wenig Asia-Flair in Sachen knusprige Grünkohl Rezepte kannst du deine krausen Chips einfach noch mit Sojasauce und Sesam verfeinern. Ist genauso schnell gemacht wie das Grundrezept und ebenso lecker! [Zum Rezept](#)



Grünkohlchips mit Sojasauce und Sesam © Miriam Keller | Kochkarussell