

## Ofenspitzkohl mit zitronigem Joghurt-Dip

🕒 20 min    👤 4 Personen

### Zutaten

- 1 Spitzkohl
- 1 EL Olivenöl
- Salz

#### Für das Dressing:

- 200 g Joghurt
- Saft einer 1/2 Zitrone
- 1 TL Honig
- Salz&Pfeffer

#### Für das Topping:

4 EL gehackte Walnüsse  
Petersilie nach Belieben

### Zubereitung

1. Den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen.
2. Den Spitzkohl vierteln und mit Olivenöl und Salz einreiben.
3. Spitzkohl in OfenfesteForm geben und 40 Minuten im Backofen rösten
4. Für das Joghurtdressing einfach alle Zutaten zusammenrühren und abschmecken.
5. gehackten Walnüsse kurz in der Pfanne anrösten. Währenddessen Petersilie grob hacken
6. Das Dressing auf die vier Teller verteilen und den geviertelten Spitzkohl darauf legen. Anschließend Walnüsse und Petersilie darübergeben.
7. Guten Appetit!



- Der Spitzkohl kann auch die ersten Minuten in einer Pfanne gebraten werden, um ihm mehr "Knack" zu verleihen.
- Wer es gerne zitronig mag kann auch Zitronenabrieb als zusätzliches Topping verwenden.
- In den letzten 10 Minuten kann über den Spitzkohl noch Parmesan gegeben werden, dann wird es schön knusprig.. Und sowieso: Wer mag denn keinen Käse?
- Das Rezept funktioniert natürlich auch mit jeglicher anderer Kohlsorte: Weißkraut, Blaukraut, Rosenkohl... (Garzeiten ändern sich je nach Größe der Kohls)