

Karamellisierter Sommerwirsing aus dem Ofen

(für 2 Personen, als Beilage)

- 1 kleiner Sommerwirsing
- 10 EL Olivenöl
- 1 EL Ahornsirup
- je 1 TL Salz und 1 TL Paprikapulver
- geriebener Parmesan

Für den Dip

- 200g Schmand oder Joghurt (je nach Geschmack)
- 1 TL Senf
- 1 TL Ahornsirup
- 1 Handvoll gehackte Kräuter (z. B. Petersilie, Schnittlauch, Schnittknoblauch)
- Salz, Pfeffer

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. In der Zwischenzeit den Wirsing von den zäheren äußeren Blättern befreien, waschen und in Spalten schneiden. Dabei den Strunk nicht heraus schneiden, damit die Wirsingsspalten nicht auseinander fallen.

Die Spalten nebeneinander auf das Backblech legen. Olivenöl mit Ahornsirup, Salz und Paprikapulver verrühren und die Spalten damit bestreichen. Ca. 15 Minuten im Ofen backen, dann die Spalten umdrehen und mit dem restlichen Öl bestreichen. Weitere 15 Minuten backen. Kurz vor Ende der Garzeit mit dem Parmesan bestreuen und überbacken lassen.

In der Zwischenzeit die gehackten Kräuter mit dem Schmand (oder Joghurt), Senf und dem Ahornsirup verrühren. Mit Salz und Pfeffer mischen und zum Wirsing servieren.

Dazu passt frisches Baguette.

Guten Appetit! :-)