

Kohlrabi Carpaccio aus dem Thermomix®



© Kohlrabi Carpaccio - Rezepte mit Herz



15



leicht



4

Mit diesem leckeren Rezept wurden wir auf einer kleinen Silvester-Feier überrascht. Super einfach, super lecker. Und super easy mit dem [Spiralschneider von Mixcover](#) zuzubereiten.

Zutaten-Einkaufsliste

- | | | |
|--------------------------|---------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 500 g | Kohlrabi |
| <input type="checkbox"/> | 20 g | Pinienkerne |
| <input type="checkbox"/> | 2-3 EL | Olivenöl |
| <input type="checkbox"/> | | Salz und Pfeffer |
| <input type="checkbox"/> | etwas | Zitronensaft zum Beträufeln |
| <input type="checkbox"/> | 80 g | Schinken (Serano oder Parma) |
| <input type="checkbox"/> | 20 g | geriebener Parmesan |

Zubereitung

Kohlrabi schälen und mit dem [Spiralschneider von Mixcover](#) oder mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten oder im Mixtopf 5 Min./Varoma/Linkslauf/Stufe 1 erwärmen (Die Pinienkerne werden zwar nicht braun, aber die leckeren Aromen werden trotzdem frei gesetzt).

Kohlrabischeiben auf einem Teller anrichten, erst mit Salz und Pfeffer bestreuen, dann mit Olivenöl und etwas Zitronensaft beträufeln. Zum Schluss Schinken und Parmesan sowie Pinienkerne darauf verteilen.

Dazu schmeckt Weißbrot.

Nährwertangaben

Pro Portion ca. 130 kcal, 9 g E, 8 g F, 6 g KH