

Küchentipp

Rezept von Martin Gehrlein aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 27.01.2026

Marinierter Wirsingstrunk

Für ca. 2 Personen

Zutaten

- 1 Wirsingstrunk und feste Blattrippen, ca. 200 g
- 1 TL Senf, mittelscharf oder süß
- 3 TL Balsamessig, hell oder Weißweinessig
- etwas Salz
- etwas Pfeffer
- etwas Honig oder Zucker
- 4 EL Rapsöl oder anderes Pflanzenöl

Zubereitung:

1. Strunk und Blattrippen abbrausen, trocknen und sehr fein schneiden.
2. Senf, Essig, Salz, Pfeffer, Zucker und Öl verrühren. Fein gewürfelten Strunk und Blattrippen mit der Marinade mischen und mindestens ca. 10 Minuten marinieren.
3. Das marinierte Gemüse über Salate, Suppen, Eintöpfe oder Wirsinggemüse streuen.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/kuechentipps-zum-wirsing-rahmwirsing-mit-knusprigem-speck-und-marinierter-wirsingstrunk-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.