**Cima di Rapa**

Stängelkohl Cima di Rapa wird klein geschnitten und nur etwa vier Minuten blanchiert, dann ist er fertig und eine schöne Beilage! Alternativ kann er

in Olivenöl angedünstet werden und ganz traditionell wie in Italien mit Pasta, getrockneten Tomaten und Pecorino gegessen. Der Geschmack ist würzig und ganz leicht bitter (wem es zu bitter ist, einfach die großen Blätter weg lassen). Durch die besonders kurze Zubereitungszeit bleiben das Aroma und die wertvollen Inhaltsstoffe von Cima di Rapa wunderbar erhalten.

Ein minutenschnelles Superfood!