

# Tandoori-Blumenkohl mit Tropea-Zwiebeln, Blumenkohl-Püree

## Für zwei Personen

### Für die gepickelten Zwiebeln:

3 Tropea Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	50 ml Reisessig
50 ml Weißweinessig	50 ml Apfelessig	1 EL Zucker
1 TL Fenchelsaat	1 EL Salz	1 TL Schwarze Pfefferkörner

### Für den Tandoori-Blumenkohl:

½ Kopf Blumenkohl	2 EL griech. Joghurt	15 g gemahl. Knoblauch
3 g gemahl. Kardamom	1 g gemahl. Ingwer	1 g Zimt
1 g Chilipulver	30 g Paprika edelsüß	30 g Kurkuma
20 g Curry	Salz	

### Für das Püree:

½ Kopf Blumenkohl	200 g Butter	100 ml Sahne
100 ml Gemüsefond	50 ml Weißwein	50 g Marzipan
1 TL Kreuzkümmelöl	Paprika, edelsüß	gemahl. Muskatblüte
Salz	Pfeffer	

### Für die Pakora:

100 g Blumenkohl	50 g Kichererbsenmehl	1 TL Kreuzkümmel
1 TL Garam Masala	1 TL edelsüßen Paprika	1 TL Kurkuma
1 TL Chili	Pflanzenöl	Salz

### Für den Minzjoghurt:

1 Bund Minze	200 g griechischen Joghurt	1 Limette
Gemahlene Chili, nach Belieben	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

1 Zweig Minze	25 g Granatapfelkerne
---------------	-----------------------

### Für die gepickelten Zwiebeln:

Den Reisessig mit Apfelessig und Weißweinessig mit Zucker, Fenchelsaat, Salz und Pfefferkörner in einem Topf bei mittlerer Hitze erhitzen. Knoblauch abziehen und halbieren. In den Sud geben. Zwiebeln mit einer Mandoline in feine Streifen hobeln. Sud vom Herd nehmen, zusammen mit Zwiebeln in ein Gefäß geben, abdecken und 30 Minuten ziehen lassen.

### Für den Tandoori-Blumenkohl:

Blumenkohl waschen und grob teilen. Drei mittelgroße Scheiben oder aus der Mitte schneiden. Restlichen Blumenkohl für das Püree zerkleinern und zur Seite stellen. Blätter vorsichtig abtrennen und zur Seite legen.

Aus Joghurt, Knoblauch, Kardamom, Ingwer, Zimt, Chili, Paprika, Kurkuma und Curry die Tandoori Marinade anrühren und die Blumenkohl Scheiben darin wenden. In einer Grillpfanne erst bei mittlerer Hitze mit Deckel ca. 10 min. garen, dann auf hoher Hitze ca. 3-5 Minuten anrösten.

### Für das Püree:

Blumenkohl für das Püree in ca. 150 g Butter anbraten, bis sich schöne Röstaromen gebildet haben. Mit Weißwein ablöschen und dann mit Fond und Sahne zusammen in einen Topf geben. Salzen und ca. 10 min.

weichkochen. Flüssigkeit absieben und auffangen, Blumenkohl nach und nach mit etwas der Kochflüssigkeit glatt pürieren. Butter in einer Pfanne zu Nussbutter schmelzen lassen. Einen Schuss braune Butter und Marzipan zum Püree geben, nochmals pürieren und mit Kreuzkümmelöl, Paprika, Muskatblüte, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Pakora:**

Kichererbsenmehl, Kreuzkümmel, Garam Masala, Paprika, Kurkuma und Chili mit 20 ml Öl und 40 ml kaltem Wasser zu einem Teig verrühren.

Groben Strunk der Blumenkohlblätter entfernen und Blumenkohl in kleine Röschen brechen. Blumenkohl und Blätter durch den Teig ziehen und in einer hohen Pfanne in heißem Öl 2-3 Minuten frittieren. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen und mit etwas Salz bestreuen.

**Für den Minzjoghurt:**

Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und in einen Multizerkleinerer geben. Limette waschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Beides mit Griechischem Joghurt zusammen in den Multizerkleinerer geben. Alles miteinander mixen und mit Chili, Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren kaltstellen.

**Für die Garnitur:**

Gericht mit Granatapfelkernen und Minze garnieren.

Katharina Ley am 17. November 2022