

Blumenkohl polnisch

Für 2 Personen:

| | | |
|-----------------|--------------------------|-----------------------------|
| 1 Blumenkohl | 1 Msp. Salz | 125 g Butter |
| 1 Knoblauchzehe | 1/2 gehackte Chilischote | 1/2 Bund Koriander, gehackt |
| 1 EL Sesam | 5 EL Panko | 1 Zitrone |
| 3 EL Sojasauce | 3 Eier (6 min. gekocht) | |

Blumenkohl am Strunk einschneiden. Dann in kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten gar kochen.

Butter in einer Pfanne nussig werden lassen. Knoblauch darüberreiben, Chiliringe, gehackten Koriander und Sesam dazugeben. Dann Panko nach und nach unterrühren und 1-2 Minuten mitrösten.

Blumenkohl aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und auf einen Teller setzen. Zitronenschale darüberreiben, etwas Zitrone über dem Blumenkohl auspressen, Sojasauce darüberträufeln und zum Schluss die Butterbrösel darauf verteilen. Eier klein hacken und über dem Blumenkohl verteilen

Steffen Henssler am 19. Mai 2022