

Dreierlei vom Blumenkohl

Für 2 Personen:

1 Blumenkohl	3 mehligk. Kartoffeln	150 ml Sahne
1 EL Butter	1 Msp. Muskatnuss	2-3 TL Gemüsebrühe
1/2 Zitrone	5 Kirschtomaten	3 Stangen Basilikum
1 Limette	3-4 EL Olivenöl	1 Msp. Gewürzsalz
1 Msp. Gemüsegewürz	1 Spur Würzöl	Trüffel

Den Blumenkohl in drei Teile aufteilen.

Für den Blumenkohl-Kartoffel-Stampf Kartoffeln schälen und grob würfeln. Röschen vom Blumenkohl schneiden.

Kartoffeln und Blumenkohlröschen im Verhältnis 1:1 in kochender Brühe garkochen.

Für den gegrillten Blumenkohl ein weiteres Drittel Blumenkohl in Scheiben schneiden. 1-2 EL Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und die Blumenkohlscheiben darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze unter mehrmaligen Wenden insgesamt 12-15 Minuten grillen.

Für den roh marinierten Blumenkohl, das letzte Drittel Blumenkohl fein herunterschneiden. Kirschtomaten fein hacken. Blumenkohl und Tomaten in eine Schüssel geben. Limettensaft dazugeben. Mit Gewürzsalz und Gemüsegewürz würzen. Ca. 2 EL Olivenöl dazugießen.

Basilikum grob hacken und mit dazugeben. Alles einmal kurz umrühren.

Für den Blumenkohl-Kartoffel-Stampf Blumenkohl und Kartoffeln über einem Sieb abgießen, wieder in den Topf geben und etwas ausdampfen lassen. Erst dann die Sahne dazugeben, kurz aufkochen und leicht einköcheln lassen. Butter dazugeben und darin schmelzen lassen.

Muskatnuss darüberreiben und mit Gewürzsalz würzen.

Topf vom Herd nehmen und Kartoffeln und Blumenkohl mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen. Mit Gewürzsalz abschmecken. Blumenkohl-Kartoffel-Stampf auf einem Teller anrichten.

Den gegrillten Blumenkohl neben dem Blumenkohl-Kartoffel-Stampf anrichten. Mit Gewürzsalz würzen, mit etwas Zitronensaft beträufeln und etwas Würzöl Trüffel darübergießen.

Steffen Henssler am 06. September 2022