

Gratinierter Curry-Blumenkohl

Für 2 Personen:

1/2 Blumenkohl 3 EL Olivenöl 1 Msp. Gewürzsalz
1 Msp. Pfeffermix 1 Msp. Currymix 1 EL Butter
4 Scheiben Käse

Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Blumenkohl in mundgerechte Stücke schneiden und im heißen Olivenöl ca. 10 Minuten von allen Seiten braten. Butter dazugeben, Blumenkohl mit Gewürzsalz, Pfeffermix und ordentlich Currymix würzen und alles ca. 2 Minuten rösten.

Käsescheiben auf den Blumenkohl verteilen und den Blumenkohl in der Pfanne im heißen Ofen ca. 10 Minuten überbacken oder unter dem heißen Grill gratinieren.

Steffen Henssler am 08. Dezember 2022