

Zweierlei Blumenkohl mit Couscous

Für zwei Portionen

1 Kopf Blumenkohl	300 g Couscous	150 ml Gemüsebrühe
3 EL Butter	100 g Macadamianüsse	$\frac{1}{4}$ Vanilleschote
1 Chilischote	6 Zweige Thymian	1 Zitrone
Olivenöl	Salz	Ras-el-Hanout
frische Kräuter		

Blumenkohlröschen von einem Viertel des Blumenkohls mit einer feinen Reibe direkt in die Pfanne hobeln, den Couscous (Mengenverhältnis: 2/3 Couscous zu 1/3 Blumenkohl) und die Gemüsebrühe hinzugeben und bei geschlossenem Deckel garen und quellen lassen. Den Couscous mit dem Ras-el-Hanout und dem Zitronenarabieb abschmecken. Die restlichen Blumenkohlröschen in einer Pfanne mit viel Butter rösten und anschließend die Macadamianüsse hinzugeben. Ein kleines Stück Vanilleschote und eine angeschnittene Chilischote in die Pfanne geben, salzen, den Thymian dazulegen und bei geschlossenem Deckel etwa zwei Minuten braten. Die Hitze reduzieren. Anschließend den Deckel abnehmen und den Blumenkohl weiter rösten lassen. Den Couscous auf zwei Tellern verteilen, Blumenkohlröschen samt Macadamianüssen darauf anrichten, mit einer Prise Meersalz bestreuen und mit wenig Olivenöl sowie etwas von der Bratbutter übergießen. Eventuell nach Belieben mit frischen Kräutern dekorieren.

Alexander Herrmann am 02. April 2015