

Blumenkohl-Püree, gebratener Blumenkohl, Backhendl

Für vier Personen:

Für das Püree:

1 Blumenkohl	120 g Butter	2 Schalotten
2 bis 3 EL Panko	400 ml Kokosmilch	Salz und Pfeffer
Muskatnuss nach Geschmack		

Für den gebratenen Blumenkohl:

$\frac{1}{2}$ Blumenkohl	Salz, Pfeffer	Butter
--------------------------	---------------	--------

Für das Backhendl:

2 Hähnchenkeulen	100 g Mehl	2 Eier, verquirlt
200 g Panko	Salz und Pfeffer	Frittieröl
Koriander		

Für das Püree:

Die klein geschnittenen Schalotten in Butter anschwitzen und den klein geschnittenen Blumenkohl dazugeben. Mit Kokosmilch ablöschen und den Blumenkohl darin so lange kochen, bis er ganz weich ist.

Blumenkohl absieben und in ein hohes Gefäß geben. Mit einem Pürierstab ganz fein pürieren. Nach und nach 50 g kalte Butter beim Pürieren unterarbeiten. Mit etwas Panko binden und weiterhin fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und frischem Muskat abschmecken.

Für den gebratenen Blumenkohl:

Den geputzten Blumenkohl in grobe Scheiben schneiden und mit etwas Butter in einer Pfanne scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Backhendl:

Hähnchenkeulen enthäuten und vom Knochen lösen. In grobe Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Panieren je einen Teller Mehl, Ei und Pankomehl vorbereiten. Die Keulen zuerst im Mehl wenden. Dann durch das Ei ziehen und anschließend im Pankomehl wenden.

Einen hohen Topf zu einem Drittel mit Öl füllen und die panierten Hähnchenstücke bei 170 Grad ausbacken, bis diese goldbraun sind.

Nochmals mit Salz und Pfeffer würzen und mit gebratenem Blumenkohl und Püree anrichten. Wer mag, dekoriert das Ganze noch mit Koriander.

Alexander Wulf am 29. April 2025