

Blumenkohl | Sauerrahm | Croutons | Kräuteröl



(4 – 6 Portionen)

1 Blumenkohl Kopf
2 EL Olivenöl
Kräutersalz

Die Blätter vom Blumenkohl entfernen. Den ganzen Kopf mit Kräutersalz würzen, auf ein großes Blatt Backpapier setzen und mit Olivenöl beträufeln. Den Blumenkohl im Backpapier einschlagen und an den Enden mit Küchengarn verschließen.

Der Blumenkohl kommt für ca. 1 Stunde bei 180° C in den Backofen.

Sauerrahmsauce:

1 Becher Sauerrahm
½ TL Kräutersalz
1 EL Essig

Alle Zutaten glattrühren und abschmecken.

Croutons:

2 Scheiben Toastbrot
1 EL Butter
1 Prise Salz

Die Rinde entfernen und das Toastbrot in kleine Würfel schneiden. Die Brotwürfel auf ein Blech geben und Butterflocken darüber verteilen. Salzen und bei 180 °C für ca. 10 Minuten in den Backofen geben.

Anrichten:

Den fertigen Blumenkohl auspacken, in gleichmäßige Stücke schneiden und mit Sauce, Croutons, Kresse und Kräuteröl anrichten.

Kräuteröl (im Sommer zubereitet):

Frische Kräuter (z.B. Schnittlauch, Petersilie, Kerbel, Dill, Thymian)
Je nachdem, was gerade im Garten wächst.

1 Teil Kräuter
2 Teile Öl

Ich verwende für den Ansatz gerne neutrale Öle wie Rapsöl oder Sonnenblumenöl.

Das Öl auf etwa 70 °C erwärmen, die Kräuter in einem guten Mixer fein pürieren. Ein Sieb mit einem Tuch auslegen, die pürierten Kräuter hineingeben und abtropfen lassen. Die abgetropften Kräuter und das Öl in kleine Gläschen füllen. Ich lagere es im Kühlschrank, damit es die Farbe behält.