

Hauptgericht

Blumenkohl mit Petersiliensoße und Ofengemüse

Zutaten:

500 g Blumenkohl
0.1 Bund Thymian
0.2 Bund Petersilie, glatt
0.2 Bund Petersilie, kraus
100 ml Pflanzenöl
150 g Spargel, grün
150 g Topinambur
140 g Kräutersaitlinge
160 g Gelbe Beete roh
150 g Kohlrabi
Salz
Pfeffer
Zucker
Muskat
Cayennepfeffer
Fleur de Sel

Zubereitung:

Für den Blumenkohl: Den Kohl mit etwas Pflanzenöl einreiben und vorsichtig mit Salz, Zucker, Muskat, etwas Cayennepfeffer und fein geschnittenem Thymian würzen. Kurz vor dem Anrichten den Blumenkohl bei 180°C für etwa 20 bis 30 Minuten im Ofen garen. Für das Ofengemüse: Zunächst den Backofen auf 210°C vorheizen. Das Gemüse waschen, trockenreiben, wenn nötig das Grün entfernen und schälen. Je nachdem besonders dicke Exemplare halbieren, vierteln oder in fingerdicke Scheiben schneiden. Dann das grob geschnittene Gemüse auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und mit etwas Pflanzenöl und fein geschnittenem Thymian vermischen. Jetzt noch vorsichtig mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskat würzen und das Gemüse dann etwa 25 bis 30 Minuten im Backofen bei etwa 210°C garen. Für den Petersiliensauce: Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen, 300ml gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, die Petersilienblätter darin kurz blanchieren und sofort in Eiswasser abschrecken. Dann 100ml des Blanchierwassers in einen Mixer geben, die abgetropften Petersilienblätter und Schritt für Schritt 100ml Pflanzenöl dazugeben und alles fein mixen. Mit Salz, Cayennepfeffer, Zucker und Muskat abschmecken, gegebenenfalls mit etwas Blanchierwasser verlängern. Zum Anrichten die Sauce vorsichtig erwärmen. Zum Anrichten, alle Komponenten zusammen gleichmäßig auf den Tellern arrangieren.