

Die KochLöffel

Seit 2013



3613 Steffisburg, 03.12.2022 / Daniel Gugger

Anzahl: 4 Personen
(8 Personen als Teilgericht)

Rezeptgruppe: **Beilage**

Blumenkohlreis mit Kräutern

Zutaten

1000 g Blumenkohl
30 g Mandelblättchen
60 g Butter
2 Knoblauchzehen
2 EL Aceto Balsamico Bianco
2 Bund Petersilie
2 Bund Schnittlauch
1 TL Salz
wenig Pfeffer



Die KochLöffel

Seit 2013



Zubereitung

1. Blumenkohl im Cutter fein pürieren, auf zwei mit Backpapier belegte Bleche verteilen und ca. 10 Minuten im auf 200°C (Heissluft) vorgeheizten Ofen backen. Herausnehmen, auf den Blechen auskühlen lassen und dann in eine Schüssel geben.
2. Petersilie und Schnittlauch fein hacken
3. Knoblauchbutter. Mandelblättchen in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett rösten. Butter und Knoblauch begeben und ca. 5 Minuten andämpfen, abkühlen lassen. In eine Schale geben.



4. Aceto, Petersilie, Schnittlauch unter den Blumenkohl mischen, würzen.