

KCS Style Cauliflower



Nieuw recept... en dat vinden de kookjuffen altijd heel spannend!

Maar ALLES! Was op! Zo leuk!

In dit recept kun je lezen dat we de bloemkool eerst garen in de oven om ze daarna even kort in hele hete pan met beetje olie op te bakken voor extra smaak.

Ook de bloemkoolbladeren gebruiken we in dit recept, dus gooi deze niet weg!

Start:

Verwarm de oven voor op 160 graden.

Zet een bakplaat klaar met daarop bakpapier.

Snij de onderkant weg van de bloemkool.

Snij de bloemkoolbladeren af en bewaar deze in een apart bakje.

Maak zoveel mogelijk gelijke bloemkoolroosjes qua grootte.

Maak een “papje” op de volgende wijze:

1 eetlepel paprikapoeder

2 eetlepels kerriepoeder

Snuf peper en zout

125 gram bloem

100 ml melk: ongeveer: het moet niet te dun en niet te dik zijn. (vergelijk het met een dun pannenkoekenbeslag..)

Haal de bloemkool door het papje.

Leg het vervolgens op een bakplaat en herhaal dit met alle roosjes.

Plaats in de oven.

Het duurt ongeveer 15 minuten voordat dit gaar is.

Nadat het uit de oven komt bakken we dit nog even aan in een koekenpan.

Hiervoor verwarm je een koekenpan met daarin een scheutje olie op hoog vuur.

Even aanbakken totdat het “jasje” ietwat bruin en knapperig is geworden.

Serveer meteen of zet het even terug in de oven om warm te houden (oven temperatuur 125 graden)

Bekijk de bloemkoolbladeren kritisch: snij de donkere wellicht niet meer zo verse stukken weg. De rest snij je heel fijn in kleine stukjes.

Als je wil kun je er nog een lekkere dipsaus bij serveren:

Roer hiervoor:

De helft van de fijn gesneden bloemkoolbladeren, 3 eetlepels sojasaus samen met 2 eetlepels chilisaus, 100 ml tomatensaus, 1 theelepel sambal en beetje suiker door elkaar.

Doe in een pannetje en warm dit op en breng aan de kook. Laat dit pruttelen totdat de bloemkool gaar is, laat afkoelen.

Serveer de bloemkool in een leuk kommetje, bovenop strooi je de andere helft van de gesneden bloemkoolbladeren en in een apart kommetje de saus.

Smakelijk!

KookTip:

Tuurlijk is dit recept ook lekker met broccoli!

En kun je een andere saus maken indien je deze niet lekker vindt!

HeksNkaas of een andere kruidige yoghurtsaus smaakt hier ook heerlijk bij.