

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 16. Oktober 2024** ▪
Vegetarische Küche mit Nelson Müller



Patrick Sommer

Zweierlei Blumenkohl: Blumenkohlsalat & Gegrillter Blumenkohl mit Parmesan und Kartoffel-Möhrenstampf

Zutaten für zwei Personen

Für den Kartoffel-Möhrenstampf:

200 g mehligkochende Kartoffeln
 200 g Möhren
 75 g Butter
 50 ml Milch
 1 l Gemüsefond
 2 Lorbeerblätter
 2 Wacholderbeeren
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Kartoffeln und Möhren schälen und in kleine Stücke schneiden. In den Fond geben und zum Kochen bringen. Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und eine Prise Salz dazugeben. Das Gemüse kochen, bis es ganz weich ist. Dann die Flüssigkeit abschütten, aber aufheben. Lorbeerblätter und Wacholderbeeren entfernen. Butter und Milch zum Gemüse geben und zerstampfen. Falls der Stampf etwas zu trocken ist, die Kochflüssigkeit nutzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Den Stampf in einem Servierring anrichten.

Für den gegrillten Blumenkohl:

1 Blumenkohl
 100 g Butter
 20 g Parmesan
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl von Grün und Strunk befreien. Zwei dicke Scheiben abschneiden. Butter in einer Grillpfanne erhitzen und den Blumenkohl grillen. Kurz vor Ende der Garzeit mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Parmesan über den Blumenkohl reiben und kurz mitrösten.

Für den Blumenkohlsalat:

1 Blumenkohl
 1 Salatgurke
 1 rote Paprika
 50 g Granatapfelkerne
 1 TL Granatapfelsirup
 1 TL weiße Balsamico-Creme
 1 EL Sonnenblumenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Blumenkohl sehr fein herunterschneiden. Gurke und Paprika waschen, das Kerngehäuse entfernen und in feine Würfel schneiden. Vorsichtig mit dem Blumenkohl vermischen. Granatapfelkerne hinzugeben und vermengen. Aus Balsamico-Creme, Öl, Granatapfelsirup und Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen und den Salat damit abschmecken.

Für die Garnitur

1 Zweig Petersilie
 Essbare Blüten

Petersilie hacken und als Garnitur verwenden. Blüten ebenfalls als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.