

REZEPT VON STEFANIE BAUER |
KÜCHENCHEFIN RESTAURANT "MUNDART"

BLUMENKOHL-MOHN-MOUSSE MIT MARINIERTEM KRÄUTERSALAT

Zutaten für 4 Personen

BLUMENKOHL-MOHN-MOUSSE

500 g Blumenkohl (4 Röschen als Deko zur Seite legen)
5 g Butter
5 g gerösteter Mohn
Salz, Cayennepfeffer
1/2 Bio-Zitrone
200 g Sauerrahm
150 ml Sahne (geschlagen)
3 Blätter Gelatine

DRESSING

1/2 Zitrone
etwas Honig
3 EL kalt gepresstes Olivenöl
Prise Salz

KRÄUTERSALAT

Nach Belieben: Frisée, Radicchio, Rucola, Petersilie,
Kerbel, Kresse und Schnittlauch

Zubereitung

1. 500 g Blumenkohl in Salzwasser weichkochen, abseihen und mit 5 g Butter mixen. Die (in kaltem Wasser) eingeweichten 3 Blätter Gelatine hinzufügen und gut durchrühren.
2. Die Schale von 1/2 Zitrone abreiben und zu der Blumenkohlmasse geben.
3. 5 g Mohn anrösten und ebenfalls zur Blumenkohlmasse geben. Mit Salz und Cayennepfeffer nach Belieben würzen und alles zusammen abkühlen lassen.
4. Bei Zimmertemperatur 200 g Sauerrahm einrühren und anschließend 150 ml geschlagene Sahne unterheben. Für 2 Stunden im Kühlschrank kalt stellen.
5. Den Salat und die Kräuter waschen, klein schneiden und beiseite stellen. Für das Dressing den Saft der 1/2 Zitrone mit etwas Honig, 3 EL Olivenöl und einer Prise Salz gut vermengen (z.B. in ein Glas geben und gut schütteln). Das Dressing über den Kräutersalat geben und zusammen mit der Blumenkohl-Mohn-Mousse auf einem Teller anrichten. Mit Blumenkohlroschen verzieren und servieren.

