

Gebackener Blumenkohl



Zutaten So wird's gemacht:

1 Blumenkohl-Kopf
50 g gemahlene Haselnüsse
70 g geriebenen Parmesan
1 TL Paprikapulver
2 Zweige Rosmarin
1 TL Petersilie
1 Zweig Thymian
1 Knoblauchzehe
1 TL Salz
1 TL Pfeffer
100 ml Olivenöl

Zunächst den Blumenkohl vom Strunk und den Blättern vorsichtig befreien und waschen. Auf ein Blech legen. Nüsse und 40 g Parmesan mischen. In einer zweiten Schale Gewürze und gehackte Kräuter mischen und Olivenöl sowie Knoblauch fein gehackt hinzugeben und alles gut vermengen. Den Blumenkohl mit der Hälfte der Olivenölmasse einreiben. Mit der Nussmasse einreiben und den Rest der Marinade darüber geben.

Blumenkohl im vorgeheizten Ofen bei 160 °C 45 Minuten backen. Backofen auf 200 °C hochstellen. Den restlichen Parmesan darüber streuen und nochmals 15-20 Minuten backen bis der Blumenkohl angenehm weich gegart ist.

Nach Belieben mit etwas Brot und Dip servieren.