

Blumenkohl auf Mayas Art



Zutaten für vier Personen:

1/2 Blumenkohl
Salz
Semmelbrösel (optional)
Butter (optional)

1. Blumenkohl waschen, putzen, achteln und in kochendes, leicht gesalzenes Wasser geben. Ca. 10-15 Minuten köcheln lassen.
2. Blumenkohl mit einer Kelle herausnehmen.
3. Für Feinschmecker: Den Blumenkohl dann in Röschen teilen, in Semmelbröseln wälzen und in einer Pfanne mit Butter bräunen.

Hinweise:

Blumenkohl eignet sich ganz gut zum Aufwärmen für abends, er muss nicht immer ganz frisch gemacht werden.

Das Kochwasser kann man als Basis für Suppen verwenden.

Schlagworte:

sehr leicht, Zubereitung ca. 20 min, Beilagen, Gemüse, deutsch, bayerisch