

**Frisch gekocht**  
**Montag, 26. September 2016**



**Rezept von Lisl Wagner-Bacher**

## **Karfiolcreme mit Röschen und Nüssen**

**35 Minuten/leicht**



---

### **Zutaten**

1 kleiner Kopf Karfiol, Salz, Milch.

Für die Bechamel: 1 EL Butter, 1 EL glattes Mehl, 1/8 l Karfiol-Kochfond, 1/8 l Milch, Zitronensaft, Cayennepfeffer, 2 EL Crème fraîche.

Für das marinierte Gemüse: 1/2 Romanesco, etwas Brokkoli, 2 Karfiolrosen, 2 EL Erdnüsse, 1 Eingelegte Maulbeeren; weißes Balsam dressing. Zum Garnieren: roher Karfiol.

### **Zubereitung**

Für die Karfiolcreme den Karfiolkopf putzen, in Röschen teilen und einige schöne Karfiolröschen für die spätere Verwendung beiseite legen. Den restlichen Karfiol kurz in Salzwasser blanchieren, abseihen und in Salzwasser mit etwas Milch weichkochen. Abseihen, dabei den Fond auffangen, und den blanchierten Karfiol in einem Tuch ausdrücken.

Für die Bechamel in einem Topf Butter erhitzen, das Mehl darin anschwitzen, mit kaltem Karfiol-Kochfond und etwas Milch aufgießen. Einige Zeit köcheln lassen, mit Zitronensaft, Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Den Karfiol mit der Bechamel und der Crème fraîche mixen, dann durch ein Sieb passieren. Einige Röschen Karfiol, Romanesco und Brokkoli in Salzwasser bissfest kochen, danach kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann herausnehmen. In der gleichen Pfanne auch die anderen gekochten Röschen kurz in etwas Butter anrösten, mit Salz würzen und mit den Erdnüssen vermengen.

Den roh gehobelten Karfiol mit weißem Balsam dressing marinieren. Die Karfiolcreme mit den Röschen auf Tellern anrichten, mit Maulbeeren und rohem Karfiol garniert servieren.

Tipp:

Zutaten für weißes Balsam dressing: 150 g weißer Balsamico, 50 g Staubzucker, 20 g Salz, 1.2 g Xantana, 100 g Olivenöl, 50 g Maiskeimöl

Eingelegte Maulbeeren: Maulbeeren in Apfelsaft aufkochen und ziehen lassen.