

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Dotter | Karfiol | Liebstöckel

Zutaten

(4 Personen)

- 500 g Karfiol (50 g davon weglegen zum Dekorieren am Schluss)
- 750 ml gesalzenes Wasser zum Kochen
- 3 EL Sauerrahm
- 1 kleineren Bund Liebstöckel
- 3 EL Basmatireis
- ½ Sternanis
- 1 TL Schwarzkümmel
- 1 MS Kurkuma
- 1 MS Garam Masala
- 4 Dotter vom Landhendl

Zubereitung

Karfiol in kleine Stücke schneiden und im kochenden, gesalzenen Wasser ca. 15 Minuten lang weich garen. Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Mit dem Sauerrahm fein pürieren und anschließend das Püree im Topf auf niedrigster Stufe am Herd warmhalten.

Die Blätter vom Liebstöckel zupfen und diese bei 160°C Ober- und Unterhitze im Backofen 10 min trocknen.

Quelle: ORF extra

Den Basmatireis in der Pfanne braun anbraten. Dann den Sternanis mörsern, mit Schwarzkümmel, Kurkuma und Garam Masala vermengen. Braun gebratenen Reis hinzufügen und alles nochmals gut mörsern.

Auf das warme Karfiolpüree je einen Dotter pro Portion aufsetzen. Dann die gemörserte Gewürzmischung mit dem gebratenen Reis großzügig auf Dotter und Karfiolpüree verstreuen.

Den beiseitegelegten Rohkarfiol in geriebener Form und den mit der Hand zerkleinerten Liebstöckel auf dem Püree verteilen und servieren.