



## **Backrohr Karfiol mit Miso Mayonnaise und Korianderöl**

Zutaten:

Karfiol:

1 mittelgroßer Karfiol (ca. 700 g)  
70 ml Sojasauce  
3 Lorbeerblätter  
2 bis 3 Knoblauchzehen  
frischer Ingwer (in der Größe von zwei Knoblauchzehen)  
½ TL gemahlener Piment  
1 TL gemahlener Kreuzkümmel  
1 TL gemahlener Zimt  
5 bis 6 Nelken  
frischer Chili oder Chilipulver je nach Geschmack  
1 EL Rohrzucker  
1 EL Miso Paste  
1 EL geröstetes Sesamöl  
100 ml flüssiges Butterschmalz  
Zesten einer bio Zitrone

Mayonnaise:

3 Eidotter  
250 ml kaltes Pflanzenöl  
1 TL scharfer Senf  
Saft einer halben bio Zitrone  
2 TL Miso Paste  
Pfeffer aus der Mühle

zum Anrichten

## Rezept aus der ORF-Sendung „Studio 2“

fein geschnittene Kaiserschoten  
4 EL geröstete Haselnüsse  
frischer Chili je nach Geschmack  
frische Kräuter nach Lust & Laune

Karfiol waschen und den Strunk über Kreuz ca. 2 cm einschneiden. Für die Marinade Knoblauch und Ingwer vorschneiden, anschließend mit allen anderen Zutaten, außer dem Butterschmalz und den Zitronenzesten, mit einem Stabmixer vermixen.

Den Karfiol für mindesten 12 Stunden mit diesem Sud marinieren und immer wieder wenden, sodass die Flüssigkeit überall hinkommt. Am Besten funktioniert das in einem bio Einweg Obstsackerl, das dicht verschlossen und alle paar Stunden gewendet wird.

Backrohr auf 180°C vorheizen und den Karfiol mit dem Strunk nach unten auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech positionieren, danach mit Butterschmalz einpinseln und für ca. 90 Minuten im Rohr backen. Ca. alle 15 Minuten immer wieder mit Butterschmalz einstreichen.

Für die Mayonnaise alle Zutaten außer dem Öl mit einem Schneebesen oder Stabmixer verrühren. Dann das kalte Öl tropfenweise unter ständigem Rühren dazugeben.

Den Karfiol auf ein Butterpapier anrichten und mit allen Kräutern, den Nüssen und Kaiserschoten anrichten. Ausreichend viel Miso Mayonnaise dazu servieren und genießen.