

# Marinierter Blumenkohl, Romanesco und braune Champignons auf Blütensalat



**Anzahl Portionen: 4**

## Zutaten:

1 Blumenkohl, davon Röschen weiss: 400 g  
1 Romanesco, davon Röschen: 200 g (oder violetter Blumenkohl)  
2 El Kurkuma

250 g braune Champignons  
6 Kirschtomaten  
200 ml Gemüsebrühe

3 El Olivenöl  
2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe  
2 Zweige Thymian  
2 Lorbeerblätter  
1 EL Anis-/Fenchelkörner  
1 El Korianderkörner  
1 kleiner getrockneter Peperoncino  
300 ml Weisswein, trocken  
1 Bund Koriander, frisch  
Salz + Pfeffer  
4 El Olivenöl  
1 Bio-Zitrone  
Wildkräutersalat mit Blüten

## Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel sehr fein hacken, Knoblauch zerdrücken. Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen, Zwiebel, Knoblauch, Fenchelkörner und Korianderkörner 3 min unter ständigem Rühren anschwitzen. Mit dem Wein ablöschen, eingeschnittene frische Lorbeerblätter, Peperoncino und Thymianzweige zufügen, salzen, pfeffern und 7 min einkochen. Durchsieben, Restmenge ca. 120 ml.

Champignons waschen, trocknen, vierteln. 200 ml Gemüsebrühe erhitzen, Pilze zufügen und ca. 7 min schmurgeln. Zum Schluss die halbierten Kirschtomaten dazugeben. Beiseitestellen und mit 40 ml des Suds übergießen.

Blumenkohl und Romanesco waschen und in ganz kleine Röschen zerteilen. Zwei Töpfe mit Salzwasser aufstellen: in den einen 2 El Kurkuma geben. Eine Hälfte der Blumenkohlröschen im Topf mit Kurkuma, die zweite Hälfte zusammen mit dem Romanesco blanchieren (nach dem Aufwallen des Wassers 30 sec). Gemüse herausheben und unter Eiswasser abkühlen.

Korianderblättchen abstreifen und fein schneiden. Den gut abgetropften Blumenkohl und Romanesco in eine grosse Schüssel geben, die Zitronenschale darüber reiben, 2 El Zitronensaft auspressen und darüber geben, alles mit der Sauce übergießen. Den geschnittenen Koriander sowie 4 El Olivenöl unterheben, Salat abschmecken. Mindestens 30 min durchziehen lassen.

Wildkräutersalat waschen, trocknen und 4 Teller damit auslegen. Den Blumenkohlsalat darauf mittig anrichten, mit Blüten und Korianderblättchen dekorieren und servieren.

Perfekt passten dazu kleine panierte Schnitzelchen von der Hähnchenbrust mit Zitronenschnitzen, aber auch als kleine vegetarische Vorspeise schmeckt der Salat wunderbar.

Zubereitungszeit 60 min, Marinierzeit 30 min