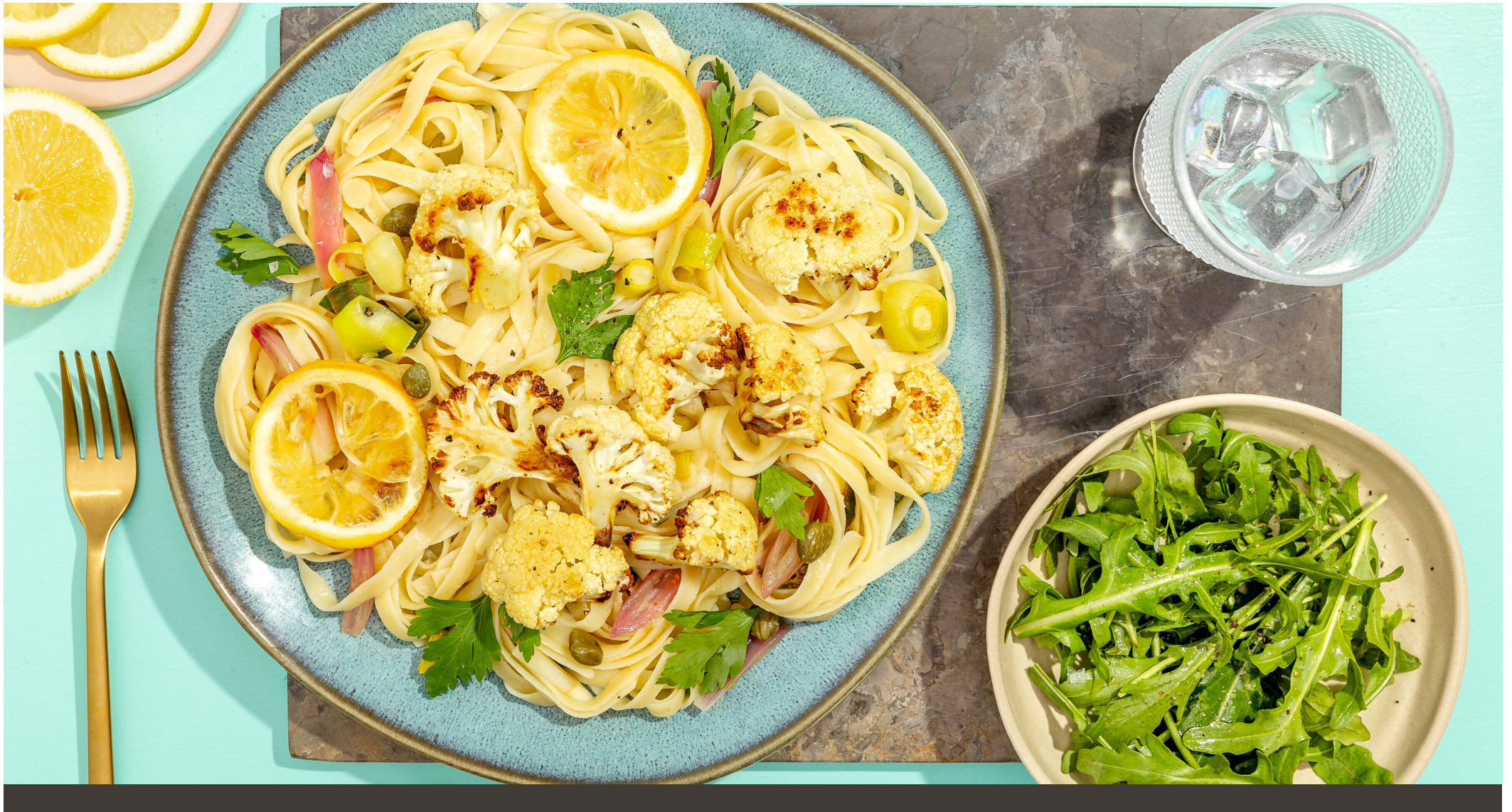




V2: Blumenkohl Piccata-Style

auf Tagliatelle mit Rucolasalat



ca. 30min



3-4 Personen

Piccata ist ein italienisches Gericht aus dünnem, in Mehl gebratenem Fleisch in einer Sauce aus Zitronensaft, Petersilie und oft Kapern. Der Sauce bleiben wir heute mal treu, aber das Fleisch ersetzen wir durch gebackenem Blumenkohl. Diesen Klassiker aus dem Land, wo die Zitronen blühen, servierst du mit feiner Tagliatelle und würzigem Rucolasalat. Dann kann die kulinarische Reise zum Stiefel ja losgehen: Buon appetito!

- 2 kleine Blumenkohl
- 1 unbehandelte Zitrone
- 400g Bio-Tagliatelle ¹
- 2 Schalotten
- 2 Stangen Lauch
- 10g Petersilie
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 100g Rucola
- 2 Packungen Kapern

- 5EL Butter ²
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ³

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Sulphite (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 0kcal



Den Backofen auf 240°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Blumenkohl** in mundgerechte Röschen zerteilen und auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backblech verteilen. Mit je 2 EL Olivenöl sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Die **Zitrone** in dünne Scheiben schneiden und die **½ der Zitronenscheiben** auf dem **Blumenkohl** legen.



3EL Butter in einer großen Pfanne
schmelzen, dann die **Schalotten**, den **Lauch**
und die **restlichen Zitronenscheiben**
zugeben und unter gelegentlichem Rühren
2-3Min. duftend anbraten. Das **Brühgewürz**
und 180ml Wasser unterrühren und 3-5Min.
köcheln lassen, bis die **Brühe** um die Hälfte
reduziert ist.



Den **Blumenkohl** 16-20Min. im Ofen backen, oder bis der **Blumenkohl** anfängt, braun zu werden, nach der Hälfte der Backzeit wenden. Inzwischen in einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Schalotten** schälen und längs in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Den **Lauch** in dünne Ringe schneiden. Die **Petersilie** grob schneiden.



Inzwischen 1EL Olivenöl und 1EL Balsamicoessig zu einem Dressing verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Rucola** mit dem Dressing vermengen.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



Die Hitze reduzieren, dann 2EL Butter und die **Kapern** einrühren. Den **Blumenkohl** mit der **Sauce** vermengen und mit Salz, Pfeffer oder **Zitronensaft** abschmecken. Den **Blumenkohl** auf der **Pasta** anrichten, mit der **Sauce** übergießen und mit der **Petersilie** garnieren. Mit dem **Rucolasalat** als Beilage servieren.