

Kochen

Martin Gehrlein

Montag, 06.05.2025

Gebratener Blumenkohl mit Radieschen-Dip

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Blumenkohl

2 Köpfe Blumenkohl, ca. 1 kg
 1 Stiele Thymian
 3 EL Tomatenmark
 6 EL Olivenöl
 etwas Salz
 etwas Pfeffer
 etwas Paprikapulver, edelsüß
 1 EL Zitronensaft
 1 TL Zitronenschale, gerieben

Für den Radieschen-Dip

6 Radieschen
 1 Schalotte
 1 Gewürzgurke
 1 Bund Schnittlauch
 250 g Joghurt, ca. 10 % Fett
 4 EL Salatmayonnaise
 2 EL Senf
 1 TL Kapern, gehackt, nach Belieben
 etwas Salz
 etwas Pfeffer



Zubereitung

1. **Blumenkohl** putzen, Blätter entfernen. Den Strunk nicht entfernen, er hält die Scheiben zusammen. Ist er zu kurz, fallen die Röschen auseinander, dies ist nicht schlimm, denn die Röschen können genauso verarbeitet werden, aber es ergibt leider keine Scheiben. Blumenkohl vorsichtig in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.
 2. Für die Marinade Thymianblättchen abzupfen und fein schneiden.
 3. Tomatenmark, 4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Zitronensaft und -schale verrühren.
 4. Das übrige Öl in 1 oder 2 Pfannen erhitzen. Blumenkohlscheiben darin portionsweise, von beiden Seiten ca. 1-2 Minuten anbraten, herausnehmen.
 5. Blumenkohlscheiben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit etwa zwei Drittel der Marinade gleichmäßig bestreichen.
 6. Blumenkohlscheiben im Ofen, auf der mittleren Schiene, bei 200 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft 180 Grad), etwa 20 Minuten backen. Nach ca. 10 Minuten wenden, die Scheiben mit der übrigen Marinade bestreichen und fertig garen.
 7. In der Zwischenzeit Radieschen abbrausen, trocknen und raspeln. Schalotte abziehen und fein würfeln. Gewürzgurke ebenfalls fein würfeln. Schnittlauch abbrausen, trockenschütteln und in Röllchen schneiden.
 8. Schalottenwürfel mit heißem bzw. kochendem Wasser überbrühen und abtropfen lassen.
 9. Schalotten, Radieschen, Gewürzgurke, Joghurt, Mayonnaise, Senf, Kapern und der Hälfte Schnittlauch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
 10. Blumenkohlscheiben aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Mit dem übrigen Schnittlauch bestreuen und mit dem Dip anrichten und servieren. Dazu passt Baguette
- Tipp:** Es werden Röschen übrig bleiben, diese entweder marinieren und mitgaren oder anderweitig verarbeiten z. B. als Salatzutat oder Suppe zubereiten