



## Blumenkohl-Gratin mit Ofenkartoffeln

Den Blumenkohl habe ich vor dem Gratiniere im Dampf vorgegart. Man könnte ihn auch im Wasser garen, aber die Dampfmethode ist schonender: Die Röschen und die storzigen Teile werden dabei gleichmässiger gar und der Blumenkohl behält mehr Geschmack. Er wird nachher nur noch kurz mit einem Guss aus Sauerrahm und Käse gratiniert - dabei entstehen ganz leckere Krüstchen. Als Beilage schmecken Ofenkartoffeln sehr gut und machen daraus eine einfache, aber feine Mahlzeit. Geröstete Mandelscheibchen mit Petersilie sind eine gut schmeckend Dekoration dazu.

Ganz praktisch: Sobald der Blumenkohl ins Dampfbad gelegt wird, können die Kartoffeln in den heissen Ofen geschoben werden. Ist der Blumenkohl vorgegart, wird auch er in den Ofen geschoben und ist gleichzeitig mit den Kartoffeln servierbereit.

### Zutaten (2 Portionen)

- 1 Blumenkohl, ca. 600g
- 3-4 Kartoffeln, ca. 350g
- 60g Sauerrahm
- 40g würziger Halbhartkäse gerieben  
(z.B. Sternenberger rezent)
- 1 kleine Handvoll glatte Petersilie
- 2El Mandelblättchen
- 2El Sonnenblumenöl
- Kräutersalz, Pfeffer
- Bratbutter

### Zubereitung

Ofen auf 200° vorheizen. Etwas Wasser in einer Pfanne mit eingesetztem Dampfsieb aufheizen.

Kartoffeln schälen und in ca. 2-3cm grosse Klötze schneiden. Mit Kräutersalz würzen und mit dem Sonnenblumenöl vermischen.

Blätter vom Blumenkohl wegbrechen, den Strunk herausschneiden. Blumenkohl unter kaltem Wasser abspülen. Ringsum mit Kräutersalz bestreuen (Das Salz haftet besser auf dem nassen Blumkohl).

Kartoffeln in eine Gratinform geben und in den Ofen schieben.

Blumenkohl ins Dampfsieb legen und zugedeckt ca. 15-20 Minuten dämpfen bis er knapp gar ist.

Derzeit Sauerrahm in einem Pfännchen leicht erhitzen, geriebener Käse zugeben und schmelzen lassen, mit wenig Pfeffer würzen.

Blumenkohl in eine ausgebutterte Gratinform legen, mit der Sauerrahm-Käse-Sauce übergiessen und für ca. 10-12 Minuten in den Ofen schieben.

Mandelblättchen in einer trockenen Bratpfanne leicht anrösten. Petersilie grob hacken und zugeben und mit den Mandeln vermischen.

Blumenkohl anrichten und mit den gerösteten Mandelblättchen bestreuen. Ofenkartoffel dazulegen.





