



BLUMENKOHL IM BLÄTTERTEIGMANTEL

Zutaten:

1	Blumenkohl 800 g / 570 g fertig geschält
1 Rolle	veganer Blätterteig, 320 g
2 EL	Sojamilch ungesüßt
200 g	Champignons, klein gehackt
200 g	Räuchertofu, mini Würfel
4 EL	frische Petersilie, 16 g
20 g	Tamari Sojasauce
60 g	Semmelbrösel
60 g	Wasser
n. Bedarf	Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Den Blumenkohl waschen, putzen und möglichst viel Strunk entfernen, sodass der Kopf jedoch noch stabil zusammenhält.

Nun in 2 Litern gesalzenem Wasser 2 Minuten ankochen, anschließend mit kaltem Wasser gründlich abschrecken und gut abtropfen lassen. Währenddessen in einer beschichteten Pfanne die Pilze, Räuchertofu, die fein gehackte Petersilie, mit einer Prise Salz bei mittelhoher Hitze 5 bis 7 Minuten unter steten Wenden mit etwas Olivenöl anrösten. Die Pfanne von der Hitze nehmen, Sojasauce, Wasser und Semmelbrösel hinzufügen und entweder in einem Mixer oder mit einem Pürierstab halbglatz pürieren. Die Pilzcreme abschmecken und abkühlen lassen.

Den Ofen auf 190°C Umluft vorheizen.

Den Blätterteig ausrollen, ein paar EL der Pilzcreme in der Mitte verstreichen, den Blumenkohl mit dem Strunk nach oben darauf platzieren, rundum dick mit der Pilzcreme einstreichen und dabei die Mulde an der Unterseite (wo der Strunk herausgeschnitten wurde) ebenfalls füllen.

(Auf der folgenden Seite geht's weiter)





Nun den Blätterteig um den Blumenkohl einschlagen und gut andrücken. Den so eingeschlagenen Blumenkohl umdrehen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen, sodass die Strunkseite nach unten zeigt. Mit einer Gabel rundum mehrere Entlüftungslöcher stechen. Mit der Sojamilch bestreichen und 40 bis 45 Minuten im vorgeheizten Ofen knusprig goldbraun backen.

Den fertigen Blumenkohl vierteln oder in Scheiben schneiden, auf einem Teller anrichten und einen Saucenspiegel angießen, zum Beispiel die Blumenkohl-Mayonnaise. Das sieht super puristisch aber wunderschön aus.

Tipp:

Die Pilzcreme lieber gut auskühlen lassen, denn sonst besteht die Gefahr das sich der Blätterteig durch den hohen Fettanteil verformt und am Backpapier kleben bleibt.

Abwandlungen:

- Wer mag kann in die Pilzcreme auch Kidneybohnen, Linsen, Barbecue Soße, Majoran oder Thymian hineingeben.
- Oder Räuchertofu und Pilze durch Tofu natur, angeschwitzte Zwiebeln und weiße Bohnen ersetzen und mit einem mildem Currygewürz würzen.
- Wer einen lilafarbenen Blumenkohl bekommt gerne dafür verwenden, für ein optisches Highlight!
- Als Soße passt dazu die Blumenkohl-Mayonnaise, welche auch mit etwas zusätzlicher Petersilie glattgemixt werden kann.