



hr1-DOLCE VITA

**Reiner Neidhart**

## **Blumenkohl mit Limonen-Chili-Mayo und Quinoa-Blinis**

### **ZUTATEN**

#### Blumenkohl:

1 Blumenkohl  
Curry  
Salz  
Limonenabrieb und Saft

#### Limonen-Chili-Mayo:

4 Eigelb  
Saft und Abrieb von 2 Limonen  
200 ml Zitronenöl  
200 ml leichtes Olivenöl  
Salz, Pfeffer,  
etwas geriebener Ingwer  
eine Messerspitze Chili

#### Quinoa-Blinis:

80 g Quinoa  
Salz, Pfeffer, Muskat  
0,2 l Wasser  
3 Eigelb  
2 EL Mehl  
0,2 l Milch  
Salz, Pfeffer  
0,2 l Rapsöl

### **ZUBEREITUNG**

#### Blumenkohl:

Den Blumenkohl von den Blättern befreien, in Röschen zurecht schneiden und in gewürztem Wasser bissfest garen.

#### Limonen-Chili-Mayo:

Die Eigelb mit dem Saft und Abrieb aufschlagen und das Öl langsam einlaufen lassen. Die Mayonnaise pikant abschmecken.

#### Quinoa-Blinis:

Den Quinoa mit dem Wasser, Salz und Pfeffer ca. 20-25 Minuten garen.  
Aus Eigelb, Mehl, Milch, Salz und Pfeffer einen Teig herstellen, den gegarten Quinoa dazugeben und verrühren.  
Mit dem Löffel den Teig zu kleinen Plätzchen formen und im Rapsöl von beiden Seiten anbraten und im Ofen garen.