

Hier und heute



Blumenkohl-Püree an gebratenem Blumenkohl mit Backhendl

Alexander Wulf kombiniert cremiges Blumenkohl-Püree mit gebratenem Blumenkohl und knusprigem Backhendl – ein perfektes Geschmackserlebnis!

Das Rezept

von Alexander Wulf für vier Personen

Zutaten für das Püree

- 1 Blumenkohl, geputzt und klein geschnitten
- 70 g Butter plus 50 g Butter, kalt
- 2 Schalotten, klein geschnitten
- 2 bis 3 EL Panko
- 400 ml Kokosmilch
- Salz und Pfeffer
- Muskatnuss nach Geschmack

Zubereitung

Die Schalotten in Butter anschwitzen und den klein geschnittenen Blumenkohl dazugeben. Mit Kokosmilch ablöschen und den Blumenkohl darin so lange kochen, bis er ganz weich ist. Blumenkohl absieben und in ein hohes Gefäß geben. Mit einem Pürierstab ganz fein pürieren. Nach und nach die kalte Butter beim Pürieren unterarbeiten. Mit etwas Panko binden und weiterhin fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und frischem Muskat abschmecken.

Zutaten für den gebratenen Blumenkohl

- ½ Blumenkohl
- Salz und Pfeffer
- etwas Butter zum Braten

Zubereitung

Den geputzten Blumenkohl in grobe Scheiben schneiden und mit etwas Butter in einer Pfanne scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zutaten für das Backhendl

- 2 Hähnchenkeulen
- 100 g Mehl
- 2 Eier, verquirlt
- 200 g Panko, fein gemahlen
- Salz und Pfeffer
- neutrales Frittieröl
- Koriander zum Garnieren

Zubereitung

Hähnchenkeulen enthäuten und vom Knochen lösen. In grobe Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Panieren je einen Teller Mehl, Ei und Pankomehl vorbereiten. Die Keulen zuerst im Mehl wenden. Dann durch das Ei ziehen und anschließend im Pankomehl wenden. Einen hohen Topf zu einem Drittel mit Öl füllen und die panierten Hähnchenstücke bei 170 Grad ausbacken, bis diese goldbraun sind. Nochmals mit Salz und

Hier und heute



Pfeffer würzen und mit gebratenem Blumenkohl und Püree anrichten. Wer mag, dekoriert das Ganze mit Koriander.