

# Blumenkohl-Steak, Maronen-Püree, Pilzen, Mayonnaise

**Für zwei Personen**

**Für den Blumenkohl:**

2 mittelgr. Blumenkohlköpfe	1 Zitrone, davon Abrieb	2 EL Butter
500 ml Gemüsefond	1 EL Harissa-Pulver	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

**Für das Maronenpüree:**

400 g vorgegarte Maronen	1 EL Crème fraîche	1 EL Butter
100 ml Gemüsefond	Muskatnuss	Salz, Pfeffer

**Für die Pilze:**

300 g Kräuterseitlinge	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, davon Saft
3 Zweige Thymian	2 EL Crème-double	Butter, Salz, Pfeffer

**Für die Miso-Mayonnaise:**

1 Ei	1 TL Dijonsenf	2 EL helle Misopaste
1 Spritzer Reisessig	200 ml neutrales Pflanzenöl	

**Für die Grünkohl-Chips:**

4-5 Blätter Grünkohl	3 EL Macadamia-Nussöl	2 EL Dijonsenf
Salz, Pfeffer		

**Für den Blumenkohl:** Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Blätter des Blumenkohls entfernen, anschließend Köpfe waschen und trockentupfen. Blumenkohl in etwa 2,5 cm dicke Steaks schneiden und darauf achten, dass der Strunk erhalten bleibt. Anschließend mit Olivenöl einreiben und mit Harissa, Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Gusseisenpfanne sehr heiß erhitzen. Anschließend Blumenkohl pro Seite etwa 90 Sekunden anbraten. Der Blumenkohl soll leicht verbrennen.

Wenn beide Seiten kräftig angebraten sind, Butter und Gemüsefond hinzugeben und Pfanne für etwa 10 Minuten in den Ofen geben bis Blumenkohl die gewünschte bissfeste Konsistenz hat. Mit Zitronenabrieb verfeinern.

**Für das Maronenpüree:** Vorgekochte Maronen mit Butter in Pfanne schwenken. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen. In einem Multizerkleinerer mit Crème fraîche mixen und je nach gewünschter Konsistenz etwas Gemüsefond dazu geben. Nochmals abschmecken.

**Für die Pilze:**

Kräuterseitlinge putzen und kleinschneiden. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Thymian abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden.

Butter in einem flachen Topf erhitzen und Pilze goldbraun anbraten.

Knoblauch und Thymian hinzufügen und mit Zitronensaft ablöschen.

Crème double zu den Pilzen geben, einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Miso-Mayonnaise:** Ei mit Senf, Misopaste und Reisessig in ein hohes Gefäß geben. Mit einem Pürierstab aufmixen und dann Pflanzenöl langsam einfließen lassen, bis alles emulgiert.

**Für die Grünkohl-Chips:** Grünkohl vom Strunk befreien, waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Blätter zupfen. Anschließend in einer großen Schüssel mit Öl, Senf, Salz und Pfeffer mischen bis alle Blätter benetzt sind. Grünkohl auf einem Backblech verteilen und für etwa 10 Minuten im Ofen knusprig backen. Hin und wieder den Backofen aufmachen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

Roman Kadletz am 18. Dezember 2023