

# Blumenkohl 'Couscous'

## Für 4 Personen

1 kleiner Blumenkohl (400 g)	1 Zehe Knoblauch	1 Schalotte
2 TL Currypulver	2 EL Olivenöl	2 EL Weißweinessig
Salz, Pfeffer	1 Bund Frühlingszwiebeln	Honig
Harissa Gewürzmischung	1 Chilischote	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
50 g Cashewkerne	$\frac{1}{2}$ Granatapfel	

Den Blumenkohl waschen, putzen und in Röschen teilen. Die Blumenkohlröschen und je nach Geschmack eine Zehe Knoblauch und eine Schalotte zusammen mit Currypulver in die Küchenmaschine geben und so lange zerkleinern, bis es feinkrümelig ist.

Den Blumenkohl in eine Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Öl anrösten. Eine Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und unter das Blumenkohl Couscous rühren. Mit etwas Honig, Essig, Harissa und einer gehackten Chilischote und Koriander würzen.

Die Cashewkerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fettzugabe anrösten oder die ganzen Kerne im Ofen rösten und im Anschluss grob hacken.

Die Kerne aus dem Granatapfel lösen und mit den Cashewkernen zum Blumenkohl geben.

Johann Lafer am 03. März 2018