

Gebratener Blumenkohl mit Mozzarella und Erdbeeren

Zutaten (für 2 Personen):

- 0,5 Blumenkohl
- 1 Spitzpaprika
- 1 Zwiebel
- 1 Bund Basilikum
- 2 EL geröstete Leinsamen
- 1 Zitrone
- Olivenöl
- Balsamico
- 125 g Mozzarella
- Salz
- Pfeffer
- ein paar Erdbeeren

Blumenkohl-Röschen vom Stiel schneiden und in mundgerechte Stücke schneiden. Spitzpaprika und Zwiebel putzen und in kleine Würfel schneiden. Basilikum-Blätter grob schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und zuerst den Blumenkohl darin braten. Dann Zwiebel- und Spitzpaprikawürfel und die gerösteten Leinsamen dazugeben. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Basilikum-Blätter unterheben. Leicht auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit den Mozzarella in Scheiben schneiden und mit Olivenöl, Balsamico sowie Salz und Pfeffer marinieren. Erdbeeren putzen und in Scheiben schneiden.

Den Blumenkohl auf Teller geben und den marinierten Mozzarella und die Erdbeeren darauf anrichten.

Sendung/Quelle: Visite

Sendetermin: 21.05.2024

Koch/Köchin: Thomas Sampl

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen