



## BLUMENKOHL IM WÜRZTEIG MIT ROTEM LINSENDIP

LINSEN | STÄRKEN | VORSPEISE | 45-60 MIN | VEGETARISCH



### Zutaten (Für 4 Personen)

120 g Müller's Mühle Rote Linsen  
200 g Müller's Mühle Kartoffelmehl  
120 g Saure Sahne  
einige gehackte Korianderblätter  
Salz, frisch gemahlener Pfeffer  
1 Blumenkohl (ca. 800 g)  
1 Ei  
je 1 Msp. Kreuzkümmel und Kurkuma,  
gemahlen, Chilipulver

### Produktempfehlungen



KARTOFFELMEHL



ROTE LINSEN

### Zubereitungen

Linsen nach Packungsanweisung zubereiten, abtropfen lassen, pürieren und abkühlen lassen. Saure Sahne, Linsen und Koriander verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Blumenkohl putzen, waschen, in Röschen zerteilen, in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen und etwas auskühlen lassen. Kartoffelmehl mit ca. 100 ml Eiswasser, Ei, je 1 Prise Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Chilipulver und Kurkuma verquirlen. Blumenkohlröschen durch den Teig ziehen und in heißem Öl knusprig goldbraun ausbacken. Blumenkohl mit Dip auf Teller anrichten und servieren.

Tipp: Das Wasser für den Ausbackteig muss eiskalt sein, damit der Teig besonders knusprig wird.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten