

Italienische Rezepte

Crostini di cavolfiore (Blumenkohl-Toasts, Umbrien)

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Blumenkohl, Italien, Vorspeise, Warm

250 g	Blumenkohl	2	Knoblauchzehen
4	Scheib. Weissbrot		Salz
5	Essl. Olivenöl, extravergine		Pfeffer

Heute serviert man Crostini in der Regel als Vorspeise. Oft werden die Brotscheiben auch nicht, wie im vorliegenden Rezept, in Wasser getaucht, sondern gewürfelt oder kurz in Öl gebraten. Früher stellte das Gericht auf den Bauernhöfen Umbriens die erste Mahlzeit des Tages dar, die man gegen 9 Uhr morgens einnahm, nachdem man bereits mehrere Stunden auf den Feldern gearbeitet hatte, oder man nahm es als einfaches Nacht Mahl zu sich.

Den Blumenkohl putzen, in kleine Röschen teilen und in Salzwasser garkochen.

Inzwischen werden die Brotscheiben halbiert und im Ofen geröstet.

Wenn der Blumenkohl weich, aber noch bissfest ist, die Röschen mit einer Schaumkelle herausheben (das Kochwasser wird noch später benötigt), in eine Schüssel gegeben und mit Salz, Pfeffer und Olivenöl gewürzt. Die geschälten Knoblauchzehen werden halbiert und die gerösteten Brotscheiben damit eingerieben.

Das Blumenkohlwasser zum Kochen bringen, die Brotscheiben kurz darin eintauchen und auf eine Servierplatte anordnen. Ebenfalls mit Salz, Pfeffer und Olivenöl würzen, den Blumenkohl darauf verteilen und servieren.