

# Bloemkool



## Bijgerecht

Salade

**4 personen**

**Land:** Holland

**Bereidingstijd:** 120 minuten

**Seizoen:** juni t/m oktober



## Ingrediënten

- 1 bloemkool gewassen en panklaar gemaakt
- 1/2 tl suiker, zout en 1 tl witte peper
- 2 el witte wijnazijn + 6 el olijfolie extra vierge
- 1 teentje knoflook uitgeperst
- 1 sjalotje gesnipperd
- 1 tl limoensap
- paar takjes dille en wat kappertjes voor de garnering

## Bereidingswijze

1. Kook de bloemkool in haar geheel (de gave groene blaadjes eraan gelaten) in licht gezouten en gesuikerd water net beetgaar. Laat de kool uitlekken en afkoelen en verdeel haar in hapklare pruikjes in een schaal.

2. Maak de dressing door de wijnazijn en olijfolie met 1 tl zout, de peper en de knoflookpulp bij elkaar in een gesloten jampot goed om te schudden. Schep dan de gehakte ui en het limoensap erdoor en schud het nog eens op. Overgiet de bloemkool hiermee ongeveer een uurtje voor het gebruik. Garneer met fijngeknipte dille en kappertjes.

## Tenslotte

Witte bloemkool is de bekendste, maar er bestaat ook groene, oranje en paarse bloemkool.. Bloemkool bevat veel vezels en voedingsstoffen en weinig calorieën. Er is ook biologische bloemkool verkrijgbaar. Bloemkool kun je ongeveer 7 tot 10 dagen in de koelkast bewaren. Buiten de koelkast is de houdbaarheid korter. Bekend in Nederland is bloemkool met een papje dit recept staat elders op de website. Voor **Bloemkool gegratineerd** maak je 1 bloemkool schoon en verdeel in roosjes. Kook ze beetgaar in ca. 6 minuten in kokend gezouten water. Klop 2 eieren los met 1/4 liter slagroom, 1 tl kerriepoeder en 100 gr kaas. Schep de bloemkool over in een met boter ingevette ovenschaal. Verdeel er het kaasmengsel over en zet de schaal ca. 20 minuten in een voorverwarmde oven op 200° C. Geef er aardappelpuree of gekookte aardappels bij. Je kunt ook de aardappelen vooraf beetgaar koken en bij het bloemkool doen en gezamenlijk gratineren. Om een **Bloemkoolcurry** te maken, verhit je 3 el olie in een hapjespan en fruit er 2 el vers geraspte gemberwortel in. Voeg er na 30 seconden 3/4 tl djinten, 1/4 tl in de vijzel fijngestampt komijnzaad en 1 snufje chilipoeder bij en dan 1/2 tl zout en 500 gr gewassen bloemkool in heel kleine roosjes met aanhangend water. Strooi er 1 tl garam masala over en roer goed. Deksel erop en zachtjes ongeveer 15 minuten laten stoven tot de bloemkool beetgaar is. Bestrooi de curry met 2 el verse koriander en serveer met basmati- of pandanrijst en vlees of kip. Nu een lekkere soep, die goed past bij het kerstdiner: **Bloemkoolroomsoep**. Verdeel 1 bloemkool in stukjes, snijd 1 flinke aardappel in kleine blokjes en kook die samen gaar in 1 liter water met 2 bouillonblokjes of zelfgemaakte bouillon. Dat duurt circa 20 minuten. Druk de aardappelblokjes en bloemkool dan eerst stuk met de stampotstamper en pureer ze vervolgens met de staafmixer. Meng er 1 tl komijn (djinten) en 1 dl slagroom door en laat nog een minuutje doorkoken. Breng vlak voor het serveren op smaak met zout en peper. Dit is een kleine hoeveelheid voor 6 eters, en ik zou de soep in theekopjes serveren. Die kalkoen en de kaas hebben ook een plek nodig. Grote eters maken de soep met anderhalve liter bouillon. Tot slot **Bloemkoolsoep met knoflookcroutons**. Snijdt 4 plakjes oud stokbrood of ander brood. Giet een laagje olijfolie op een bakplaat en strooi er naar smaak grof zeezout en wat tuinkruiden over. Haal de plakjes door de olie, zodat ze zich helemaal volzuigen met olie. Bak ze in circa 10 minuten goudbruin in een oven op 200 graden, keer ze halverwege een keer om. Rasp een teen knoflook over het brood. Maak in een ruime pan een blanke roux van 40 gr boter en 40 gram bloem. Blancheer ondertussen 1 bloemkool in kleine roosjes gesneden in 1 l groentebouillon net aan gaar. Schep de roosjes eruit en schenk de bouillon geleidelijk, goed roerend, bij de roux tot een glad gebonden soep ontstaat. Voeg een flinke scheut room toe. Voeg de bloemkoolroosjes, peper en zout toe. Serveer in een mooi bord met een knoflookcrouton er boven op.