

### Blumenkohl gebraten/einfaches Rezept:

Den Blumenkohl wie gewohnt in kleine Röschen teilen und bissfest in Salzwasser kochen. Abkühlen lassen, nur soweit, dass man diesen zum panieren in den Händen halten kann ohne sich zu verbrennen. Panieren mit Ei und Paniermehl (wie ein Schnitzel), vielleicht das Ei vorher noch mit Pfeffer würzen. Anschließend in der Pfanne Öl erhitzen und den Blumenkohl schön goldbraun ringsherum braten. Schmeckt oberlecker!