

BLUMENKOHLE TALER MIT KRÄUTERDIP



Zutaten für 4 Portionen:

400 g Blumenkohl
150 g Parmesan
2 Eier
400 g Speisequark
100 ml Milch
Petersilie
Schnittlauch
Kresse
Dill
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Blumenkohl waschen und sehr fein zerbröseln, ggfs. mit dem Stabmixer zerkleinern (nicht pürieren!)

Parmesan grob reiben.

Den Blumenkohl, den Parmesan, die Eier und die Gewürze in einer Schüssel gut durchmischen.

Aus der Masse ca. 6 Taler formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech in den vorgeheizten Backofen (200°C Ober-/Unterhitze) für ca. 20 - 25 Minuten goldbraun backen.

Währenddessen die Kräuter waschen und klein hacken.

Den Quark mit der Milch und den Kräutern vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.