



Ovnbagt blomkål med brunet hasselnøddesmør, og linser

Skal der være fest, så lad der være fest med dette ovnbagte blomkål med masser af smør, mættende linser og smagfulde hasselnødder. Server som en mellemret eller tilbehør til 4-6 personer.



[Bedøm opskrift](#)



60+ min



Jun – Nov



Dagligt grønt



Vegetar



Lav på gluten

Ingredienser

4-6 personer

Linser

1.5 dl belugalinser

3 dl grøntsagsbouillon

1 spsk olivenolie

2 spsk friskpresset citronsaft

salt og peber

I ovnen

1 blomkål

100 g smør

salt

75 g hasselnødder

Desuden

100 g smør

1 spsk friskhakket timian

1 håndfuld purløg

4 citronbåde

Opskriftudvikling, styling og foto: Camilla Skov

Tilberedning

- 1 Sæt ovnen på 200 grader.
- 2 Skyl linserne, kog dem op med grøntsagsfonden og lad simre efter anvisningerne på pakken.
- 3 Når linserne er færdigkogte, hældes overskydende vand fra, og linserne smages til med olivenolie, citronsaft, salt og peber.
- 4 Imens linserne simrer renses blomkålen og kommes i et lille ildfast fad.
- 5 100 g smør skæres i skiver og fordeles på den øverste halvdel af blomkålen.
- 6 Giv et godt drys salt og sæt i ovnen i 15 minutter.
- 7 Efter de 15 minutter skrues temperaturen ned til 160 grader, og med en ske overøses blomkålen med den nu smeltede smør.
- 8 Kom hasselnødderne i et lille ildfast fad og sæt i ovnen ved siden af blomkålen i 15 minutter.
- 9 Tag hasselnødderne ud, og lad dem køle af, før de hakkes groft.
- 10 Overøs igen blomkålen med smørret i bunden af formen og bag 15-20 minutter til afhængigt af størrelse. Hvis det har brug for farve, så skru eventuelt op til 175 grader varmluft.
- 11 Lav det brunede smør ved at smelte 75-100 g smør i en lille gryde. Tilsæt hasselnødderne og finthakket timian, og lad smørret syde ved lav til middel varme, til det bruner og dufter karamelliseret. Sluk for varmen.
- 12 Blomkålen er færdig, når den har fin farve og er mør uden på, men stadig har lidt modstand inderst. Smørret fra ovnen kasseres, da det er meget salt.
- 13 Anret på et fad med en bund af linser, så blomkålen oven på, og hasselnøddesmørret og frisk purløg på toppen. Servér med citronbåde

