



Helbagt blomkål med smør og karse

Gylden på overfladen, blød, sød og intenst smagfuld indeni. Latterligt enkelt og knaldgodt. Her har vi drysset lidt karse på, men du kan selvfølgelig servere retten, som det passer dig.



[Bedøm opskrift](#)



Ingredienser

4 pers.

1 blomkål

30 g smør

1 bakke karse

Salt og peber

Opskrift og foto venligst udlånt fra Grøntsagskokebogen af Tom Gausdal & Stian Floer

Tilberedning

- 1 Fjern de yderste blomkålsblade og skær det nederste af stokken af, så hovedet kan stå af sig selv.
- 2 Gnid det med smør, salt og peber, og bag det i 40 minutter i ovnen ved 160°. Blomkålen skal være let karamelliseret – og helt blødt indeni.
- 3 Server retten direkte fra ovnen med karse drysset over, enten som en selvstændig middagsret eller sammen med andre småretter.



Tip

Metoden kan også bruges på andre kålsorter, men den virker ikke så godt på broccoli, da de små yderste knopper bliver svedne og slappe, inden resten af broccolien er mør.

De grønne blade på blomkålen er spiselige, så der er ingen grund til at kassere dem. Skær dem i strimler, steg dem i lidt smør med salt og peber, og server dem med blomkålshovedet som garniture.

