

Würziges Blumenkohl-Popcorn

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

12
Std.

NIVEAU



Blumenkohl waschen. Röschen fein abschneiden, Strunk grob hacken.

- 2 -

Datteln grob hacken und mit den restlichen Zutaten, abgesehen vom Blumenkohl, in einen Hochleistungsmixer geben und zu einer feinen Sauce verarbeiten lassen.

- 3 -

Blumenkohl mit der Marinade vermischen und gleichmäßig im Dörrautomaten verteilen. Bei 40 °C je nach gewünschter Knusprigkeit 12-24 Stunden dörren. Vor dem Servieren mit Chiliflocken bestreuen.

Zutaten für 6 Portionen

2 Blumenkohl
6 Datteln
100 ml Wasser
4 getrocknete Tomaten in Öl
2 Esslöffel Tahini
1 Esslöffel Apfelessig
2 Teelöffel Knoblauchpulver
2 Teelöffel Zwiebelpulver
1/2 Teelöffel Kurkuma
1/2 Teelöffel Chiliflocken, getrocknet

Besonderes Zubehör

Dörrautomat
Hochleistungsmixer

Dieser Snack ist das Verrückteste, was deinem Fernsehabend passieren könnte: Irgendwie Popcorn, irgendwie würzige Chips. Auf jeden Fall: super lecker! Je kleiner du die Röschen schneidest, desto knuspriger wird dein Blumenkohl-Popcorn. Verwende am besten ein Backpapier als Unterlage, der Blumenkohl wird stark schrumpfen.

- 1 -