Rozenhof

Recepten

-Italiaanse-
Bloemkool

Pers: 4

Tijd: 45 minuten

Ingredienten

1 Bloemkool
1 grote ui
Een handvol zwarte olijven
400 gr. gepelde tomaten in blokjes
1 el Kappertjes
4 ansjovis filets
1 Chilipepertje
Olijfolie
Zout
2 Teentjes knoflook
Oregano

Italiaanse bloemkool

Hier is een hele leuke manier om bloemkool te eten. Je krijgt hiermee de "Anti Bloemkool Clique" vaak over de streep als het van die lui zijn van "alweer met witte bloem saus en nootmuskaat?!" vooral als dit hun enige ervaring is sinds hun prille jeugd. Als je een Italiaanse maaltijd bereidt hoort dit gerecht zeker erbij, maar het kan best ook in de meer "Hollandse" keuken z'n partij mee blazen. Let op dat je de roosjes niet doorkookt, het succes is echt als ze tot het opdienen knapperig blijven.

Bereiding

1. Verdeel de bloemkool in roosjes, en kook deze niet gaar. Even de kook erover heen, het moet "bite" hebben. Giet de bloemkool af en laat het in koud water afkoelen, het mag niet doorgaren.
2. Verhit 3 eetlepels olijfolie in een pan. Fruit hierin de fijngesnipperde ui, knoflook en chilipepertje (zonder zaadjes), voeg de fijn gehakte ansjovis filet toe, en de kappertjes. Prak de kappertjes eerst een beetje fijn met een vork, het is ook aan te raden een viertal eetlepels kappertjes vocht toevoegen voor de smaak.
3. Voeg de tomaten en de ontpitte olijven toe en laat dit ca. 15 - 20 minuten koken tot het vocht verdampt is.
4. Voeg de bloemkoolroosjes toe en laat nog 5 minuten koken.

5. Bestrooi met veel verse oregano en dien op. Hier weer zo'n punt: uit ervaring weet ik dat van de vijf vaak gebruikte verse kruiden, basilicum, oregano, salie, tijm en oregano, de laatste het minst in de schappen ligt. De bloemkool smaakt ook best met tijm of een mengsel van de anderen. Smakelijk!