

Gerösteter Blumenkohl aus dem Backofen

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Blumenkohl (etwa 800 g, ohne Grün)
- 1 Knoblauchzehe
- 50 ml Olivenöl
- 1 TL Salz
- Pfeffer

bei Belieben:

- Parmesan



Arbeitszeit:

ca. 5 Minuten

Kochzeit/Backzeit:

ca. 30 Minuten

Gesamtzeit aktiv:

ca. 35 Minuten

Zubereitung:

1. Brich den Blumenkohl in mundgerechte Stücke und wasche sie gründlich ab. Lass sie abtropfen.
2. Presse den Knoblauch in eine große Schüssel. Gib das Öl und die Gewürze hinzu und verrühre alles miteinander.
3. Schwenke die Blumenkohlröschen in der Marinade. Verteile sie gleichmäßig auf einem Backblech.
4. Backe den Blumenkohl bei 200°C Ober-/Unterhitze für 30 Minuten. Wende ihn dabei nach 15 Minuten einmal. Serviere ihn nach Belieben mit geriebenem Parmesan.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

