

Geräucherter Ahornsirup-Blumenkohl - Rezept von NINJA®

Bei Steaks immer direkt an Fleisch denken? Kannst du – musst du aber nicht! Dieses Rezept zeigt dir, dass es auch anders geht, denn hier wird Blumenkohl kurzerhand mit Ahornsirup und Gewürzen paniert und anschließend auf deinem NINJA® Woodfire Grill als Steak gegrillt, bei dem auch Vegetarier voll auf ihre Kosten kommen!

Zubereitungszeit: 2 Std.

Portionen: 6

Rezept herunterladen

Zutaten

- 1 TL Knoblauchpulver
- 1 TL Zwiebelpulver
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 EL Ahornsirup
- ½ TL Senfpulver
- ½ TL Chiliflocken
- 1 TL geräucherte Paprika
- 1 EL Tomatenketchup
- 3 EL Olivenöl
- Salz und gemahlener schwarzer Pfeffer, nach Belieben
- 2 x 700 g Blumenkohlköpfe, Stiele so abgeschnitten, dass sie flach sitzen

Zubereitung

Schritt 1

In einer kleinen Schüssel alle Zutaten bis auf den Blumenkohl dazugeben und zu einer Paste verquirlen. Beide Blumenkohlköpfe von allen Seiten gleichmäßig mit der vorbereiteten Paste bedecken.

Schritt 2

Grillplatte flach auf dem Heizelement positionieren und vorsichtig nach unten drücken, bis sie einrastet. Blumenkohl auf die Grillplatte legen und den Deckel schließen.

Schritt 3

Den Deckel der Rauchkammer offen halten und die Pellets mit der Pelletschaufel in die Rauchkammer geben, bis sie bis zum Rand gefüllt sind. Dann den Deckel der Rauchkammer schließen.

Schritt 4

Drehe den Drehknopf auf SMOKER, stelle die Temperatur auf 140 °C und die Zeit auf 2 Stunden ein. Wähle START/STOP, um mit dem Garen zu beginnen (Vorheizen ist nicht erforderlich). Wenn noch 30 Minuten übrig sind, überprüfe ob der Blumenkohl weich ist.

Schritt 5

Wenn der Garvorgang abgeschlossen ist, den Deckel öffnen, den Blumenkohl herausnehmen und in "Steaks" schneiden. Du kannst sie mit deiner Liebingsauce oder deinem Lieblingsdressing, wie Blauschimmelkäse oder Tahini.

So einfach geht Genuss!

[Zum Sortiment](#)

Mit Heißluftfritteuse & Co. von NINJA® kocht es sich leichter



NINJA® Combi
SFP700EU Multikoher,
Ofen & Fritteuse 12
Kochfunktionen 12,5L
Volumen
€ 199,99



NINJA® Outdoor-Ofen
Woodfire™ OO101DE inkl.
Pizzastein
€ 279,99



NINJA AG551DE Foodi
Max Grill &
Heißluftfritteuse 6
Funktionen
€ 169,99



NINJA® Extend
Ceramic Pfanne
Ø 24 & 28cm ofe
285 Grad
€ 99,99