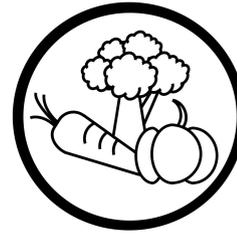


# Blumenkohl Ei Tatar



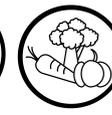
6 Portionen



Vorbereitung  
20 Minuten



zum Apéro  
geeignet



Vegi



Gluten  
frei



Thermomix®  
geeignetes Rezept

3 Eier  
½ Blumenkohl

Die Eier 10 Minuten hart kochen und kalt stellen. Blumenkohl waschen und die Röschen voneinander trennen. Im Salzwasser al dente garen oder im Thermomix® im Garkörbchen 15 Minuten bei 100°C auf Stufe 3 garen. Vorab einen Liter Salzwasser in den Mixtopf geben. Den gegarten Blumenkohl kalt stellen.

1 rote Peperoni

In der Zwischenzeit die Peperoni waschen, entkernen und in 3x3mm große Würfel schneiden. Die Eier mit einem Eierschneider in Würfel schneiden. Den Blumenkohl mit einem scharfen Messer zerkleinern. Du kannst auch das Gemüse mit den Eiern im Thermomix® 5 Sekunden auf Stufe 5 zerkleinern.

4EL Mayonnaise  
2EL Sauerrahm  
Kräuter z.B. Peterli nach belieben  
Salz und Pfeffer

Nun die Mayonnaise, den Sauerrahm und die Kräuter unterziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Du kannst dies mit einem grossen Löffel in einer Schüssel machen oder mit dem Thermomix® 5 Sekunden auf Stufe 3 vermengen.

Toast

Mit einem Speisering das Tatar auf Tellern anrichten und mit Kapern, Zwiebelringen, Petersilie und Zitronenscheiben dekorieren, oder ganz schlicht mit Salat und Tomaten, ganz wie du magst. Geniesse es mit Toast und Salat.

