



**BIRKENHOF**  
BIO SEIT 1994

## Blumenkohlsalat

### Zutatenliste

1 Blumenkohl  
Meersalz  
getrockneter oder frischer Basilikum  
1-2 EL Weißweinessig  
3 EL Olivenöl  
Pfeffer  
ca. 300 g Zucchini  
ca. 300 g Tomaten  
Cayennepfeffer  
1 kleine Knoblauchzehe  
200 g Mayonnaise  
1/2 TL rosenscharfes Paprikapulver  
1 TL Zitronensaft

### Zubereitung

Den Blumenkohl putzen und in sehr kleine Röschen schneiden, 3-4 Minuten in kochendem Salzwasser garen, abschrecken und abtropfen lassen.

Basilikum waschen und klein schneiden (alternativ: getrockneter Basilikum). In einer flachen Schüssel Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Basilikum mischen. Den gut abgetropften Blumenkohl dazu geben und etwas ziehen lassen.

Zucchini putzen, waschen und klein würfeln. Die Tomaten halbieren und vierteln. Den Knoblauch durchpressen. Die Mayonnaise mit Salz, Paprikapulver, Cayennepfeffer, Knoblauch, und Zitronensaft mischen. Die Blumenkohlröschen mit der Mayonnaise mischen. Die Tomaten und Zucchini unterheben.

Originalrezept aus der Greenbag-Küche

Guten Appetit!