

# Gruyère AOP-Carpaccio mit Blumenkohl aus dem Ofen

(für 4 Personen)

800 g Blumenkohl

2 EL HOLL- Rapsöl

Salz, Pfeffer

3 EL Sherry-Essig

2 EL Olivenöl

125 g rezepter Gruyère AOP

½ Bund Oregano

50 g Kapern



Blumenkohl in Röschen teilen und längs halbieren. Blumenkohl, Rapsöl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel gut vermischen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Im oberen Drittel des 220 Grad heißen Ofens ca. 30 Minuten backen. Abkühlen lassen

Essig mit Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren. Blumenkohl darunter mischen. Gruyère AOP mit einem Käsehobel oder Sparschäler in sehr dünne Scheiben schneiden, diese auf Teller auslegen. Blu-

menkohl darauf verteilen. Mit Oreganoblättchen und Kapern bestreuen, oder alle Zutaten miteinander mischen und anrichten.

1 Portion enthält ca.: 269 kcal/1127 kJ, 21 g Fett, 14 g Eiweiss, 5 g KH (nicht anrechenbar).

Rezept: Brigitte Aeberhard,  
Foto: bildlich.ch

Für 2 Personen: Zutaten halbieren  
Für 1 Person: Zutaten vierteln  
(1 EL = 2 – 3 TL)

