

Kalafiorowe różyczki z sosem BBQ

45—60 Min

Składniki - Ilość osób: 4

= Kotányi Produkte

Do przygotowania różyczek

1 szt	Kalafior
180 ml	Mleko roślinne
60 ml	Woda
100 g	Mąka
3 łyżeczki	Czosnek granulowany
1 łyżka	Olej roślinny
1 szt	Sól Morska gruboziarnista jodowana
1 łyżka	Papryka Wędzona słodka mielona

Na sos BBQ

300 ml	Ketchup
200 g	Brązowy cukier
50 ml	Woda
60 ml	Ocet
1 łyżka	Sos Worcestershire
1 łyżka	Oliwa z oliwek
1 łyżeczki	Chili Wędzone Chipotle kruszone
1 szczypta	Sól Morska gruboziarnista jodowana

Na ryż z kalafiora

1 szt	Kalafior
1 łyżka	Oliwa z oliwek
1 szt	Sól Morska gruboziarnista jodowana
1 szt	Pieprz Czarny ziarnisty
1 łyżeczka	Sok z limonki
2 szt	Dymka

Przygotowanie

1. Rozgrzej piekarnik do 220°. Kalafiora umyj i podziel na różyczki. Następnie w misce wymieszaj mleko, wodę, mąkę i przyprawy. Powinna powstać gęsta masa.
2. Zanurz każdą różyczkę z osobna w cieście i ułóż na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Piecz różyczki w piekarniku przez 20 minut, aż będą złociste i chrupiące. Obróć raz po przerwie.
3. Sos BBQ można przygotować w czasie pieczenia. W przypadku sosu wymieszaj wszystkie składniki w rondelku i zagotuj. Gotuj na małym ogniu przez około 10 minut. Podczas gotowania kilka razy mieszaj od czasu do czasu. Niech sos ostygnie.
4. Gdy tylko kalafior nabierze złocistego koloru, zanurz kawałki w sosie BBQ i ponownie wstaw do piekarnika na kolejne 20 minut.
5. W międzyczasie można przygotować ryż z kalafiora. Dymki pokrój w cienkie pierścienie.
6. Podziel kalafiora na większe różyczki. Następnie posiekaj w blenderze, aż uzyskasz kawałki mniej więcej wielkości ryżu.
7. Rozgrzej olej kokosowy na patelni i smaż ryż z kalafiora na średnim ogniu przez około 6 minut. Dopraw solą i pieprzem i wymieszaj z sokiem z limonki.
8. Gotowe różyczki kalafiora podawaj na ryżu kalafiorowym, udekoruj dymką i sezamem.

1 łyżka	Nasiona sezamu