

Geroosterde bloemkoolsteaks met citroen-kappertjesboter en linzen-rucolasalade

Ingrediënten

- 1 grote bloemkool
- 3 el olijfolie
- 40 g boter
- 2 el kappertjes (uitgelekt)
- 1 citroen
- 1 tl gemalen komijn
- 1 tl gerookte paprikapoeder
- Zout
- Zwarte peper
- 200 g gekookte linzen (blik of zak), uitgelekt
- 60–80 g rucola
- 1 kleine rode ui
- 1 klein bosje platte peterselie
- 2 el amandelschaafsel

Zo pak je het aan

Zet de oven op 220°C en leg een bakplaat klaar met bakpapier. Snijd de bloemkool in twee dikke plakken vanaf de stronk, druk ze zachtjes aan zodat ze heel blijven en wrijf ze in met olijfolie, zout en peper. Strooi komijn en gerookte paprikapoeder erover en geef ze de ruimte op de plaat; reken op meestal 25–30 minuten roosteren, halverwege één keer omkeren tot de randen donker goud zijn.

Zet een klein pannetje op laag vuur en laat de boter rustig smelten zonder te laten bruinen. Roer de kappertjes erdoor en rasp de citroenschil erboven zodat het meteen geurt, knijp er ook wat sap bij. Laat dit 2–3 minuten heel zachtjes trekken en zet het vuur uit; het mag glanzen en een tikje zoutig blijven.

Spoel de linzen kort af als dat nodig is en laat ze goed uitlekken. Meng in een kom de linzen met rucola, dunne halve maantjes rode ui en de fijngehakte peterselie. Schud olijfolie met een beetje citroensap, zout en peper los en schep dat erdoor tot alles net vochtig is en de rucola niet slap wordt.

Haal de bloemkool uit de oven en geef hem een minuut om te settelen zodat hij niet uit elkaar valt. Lepel de warme citroen-kappertjesboter over de steaks en laat het in de groeven lopen. Leg de linzen-rucolasalade ernaast en werk af met wat amandelschaafsel voor een zachte crunch.