



KALAFIOR

PIECZONY W CAŁOŚCI

O B I A D Y

Muszę przyznać, że moja relacja z kalafiorem zasługuje na status: to skomplikowanie. Albo lepiej powiem, zasługiwała. Odkąd odkryłam w jak łatwy sposób można kalafiora upiec w całości i jak niesamowicie smakuje przypieczony na brązowo, wiedziałam, że będzie u nas częstym gościem. Zainspirowałam się kuchnią izraelską i bardzo się cieszę. Mam nadzieję, że i wam zasmakuje.



CZAS
PRZYGOTOWANIA
7 MINUT



CZAS
GOTOWANIA
/ PIECZENIA
8/25 MINUT



PORCJE
3-4 PORCJE

K A L A F I O R
P I E C Z O N Y W C A Ł O Ś C I

S K Ł A D N I K I

1 kalafior
2 łyżki oliwy z oliwek
sól i pieprz

P R Z Y G O T O W A N I E

- W dużym garnku (na tyle dużym, by zmieścił się do niego kalafior w całości) ugotuj wodę i posól ją łyżką soli. Piekarnik rozgrzej do 200 stopni C.
- Kalafiora obierz z większości liści, umyj i osusz.
- Wsadź go do wrzącej wody i gotuj przez 8 minut.
- Po upływie 8 minut wyciągnij kalafiora z wody i go odcedź. Za pomocą pędzelka (lub ręką) posmaruj kalafiora oliwą. Delikatnie posyp go solą pieprzem.
- Przygotuj blachę wyłożoną papierem lub naczynie, w którym zmieści się kalafior.
- Podgotowanego, naoliwionego i doprawionego kalafiora przełóż na blachę i włóż do piekarnika tak, by był jak najbliżej górnego rusztu (pomoże to przy uzyskaniu pięknego złotego koloru).
- Piecz przez ok. 25 minut (do momentu aż będzie miał brązowy kolor).
- Serwuj z sosem tahini.

U nas kalafior zawsze serwowany jest w towarzystwie przejechanych ziemniaków (przepis [TUTAJ](#)). Tym bardziej, że można oba dania przygotować w tym samym czasie i rewelacyjnie się razem komponują.

Dania te dopełnia nasz najlepszy sos tahini (przepis [TUTAJ](#)).

Jeśli będziesz przygotowywać kalafiora pieczonego w całość z tego przepisu będzie mi mega miło jak oznaczysz mnie na instagramie hashtagami:

#kropipi

#platki_z_mlekiem_foodblog.

Mam nadzieję, że zasmakuje ci równie dobrze jak i nam.

Smacznego