



Smoky bloemkoolsteak met labne en chimichurri



Bereidingstijd

> 1h



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

Voor de labne:

500 gram volle Griekse yoghurt
1 theelepel fijn zout
1 bloemkool (groot)
1 eetlepel paprikapoeder (gerookt)
1 theelepel komijnpoeder
1 teentje knoflook (geperst)
1 eetlepel verse tijm
2 eetlepels olijfolie
peper en zout

Voor de chimichurri:

1 bosje bladpeterselie
1 bosje muntblaadjes
1 bosje korianderblaadjes
2 eetlepels verse oregano
2 eetlepels olijfolie
2 eetlepels rodewijnazijn
1 citroen (sap)

Bereidingswijze

- 1.** Voor de labne begin je best enkele uren op voorhand: meng de Griekse yoghurt met het zout en roer goed. Bekleed een zeef met keukenpapier of een kaasdoek en schep de yoghurt hierin. Plaats de zeef boven een kom en zet zo in de koelkast. Het vocht zal langzaam uit de yoghurt sijpelen.



- 2.** Verwijder de buitenste bladeren van de bloemkool en snij de bloemkool dan in vier dikke plakken. Meng in een kom het paprikapoeder, het komijnpoeder, de knoflook, de tijm en de olijfolie. Wrijf de bloemkoolsteaks in met dit mengsel. Breng verder goed op smaak met peper en zout. Verhit een grillpan en bak hierin de bloemkoolsteaks minstens 3 à 4 minuten per kant.
- 3.** Maak de chimichurri: snij alle kruiden zo fijn mogelijk en meng ze met de olijfolie en de rodewijnazijn.
- 4.** Serveer de bloemkool met een beetje labne en chimichurri.
- 5.** Werk af met citroensap.