



# BLUMENKOHLOWINGS AUS DEM OFEN



50 Min.



Vegetarisch

## Zutaten 4 Portionen

|               |   |
|---------------|---|
| 1             | Blumenkohl(e), mittelgroß               |
| 1 Packung(en) | Petrella mit frischer Paprika (á 125 g) |
| 50 ml         | Olivenöl                                |
| etwas         | Salz und Chilipulver                    |
| 1             | Knoblauchzehe(n), fein gehackt          |
| 2 TL          | Honig                                   |
| 2 EL          | Granatapfelkerne                        |
| 1 EL          | Thymianblättchen                        |

## Petrella Produkte



Petrella Paprika



# BLUMENKOHLOWINGS AUS DEM OFEN



50 Min.



Vegetarisch

## So wird's gemacht

1. Den Backofen auf 170° C Ober- und Unterhitze (Umluft: 150° C) vorheizen.
2. Den Blumenkohl in kleinere Röschen zerteilen, waschen und trocknen. Die Knoblauchzehe(n) schälen und auspressen.
3. Petrella Paprika, Olivenöl, Salz, Chilipulver, gehackter Knoblauch und Honig gut miteinander verrühren und die Blumenkohlröschen damit bestreichen.
4. Ein Backblech mit Backpapier belegen, die Röschen nebeneinander verteilen und für ca. 40 Minuten im Backofen auf der mittleren Schiene goldgelb backen.
5. Die fertigen Wings auf einer Platte anrichten, mit Granatapfelkernen und Thymian bestreuen.