

Blumenkohl im Hackfleischmantel



der Schwabengriller

So verpackt, greifen auch Gemüsemuffel zu ;-)

Zutaten:

- 1 Blumenkohl am Stück
- 1 Kilo Hackfleisch (Menge schwankt je nach Blumenkohlgröße)
- 1 Becher Frischkäse o. Streichkäse
- 500g Bacon, fein geschnitten (Menge schwankt je nach Blumenkohlgröße)
- Salz, Pfeffer, 1 mittlere Zwiebe
- (BBQ-Soße zum einpinseln)

so geht´s:

- Blumenkohl von den Blättern befreien und in Salzwasser kochen bis er weich ist
- Auf einem Holzbrett auskühlen lassen, dann mit dem Frischkäse bzw. Streichkäse einpinseln
- Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und fein gehackten Zwiebeln nach eigenem Geschmack würzen, Achtung... der Baconmantel gibt später auch noch etwas Salz ab.
- Blumenkohl mit dem Hackfleisch einpacken, dabei darauf achten das die Hackfleischschicht möglichst gleichmässig ist.
- Ein Baconnetz flechten (es gibt 1.000 Anleitungen bei Youtube dazu ;-) und damit den Hackfleisch-Blumenkohl einpacken.
- den Blumenkohl indirekt (oder im Backofen) bei ca. 180 °C solange grillen/backen bis das Hackfleisch ganz durch ist (je nach dicke der Masse ca. 30 Minuten bzw einer Kerntemperatur von 75°C).
--> Der Blumenkohl selbst ist ja schon durch ;-)
- Geheimtipp: man kann den Bacon nach der halben Garzeit noch mit einer BBQ-Soße (Fertig oder Selbstgekocht) anpinseln - das verleiht der ganzen Sache zusätzlich noch mehr Geschmack :-)

FERTIG!

Guten Appetit!