

## Rezept

# Blumenkohl mit Bacon und Zitronen-Béchamel

Ein Rezept von Blumenkohl mit Bacon und Zitronen-Béchamel, am 11.11.2024

## Zutaten

<b>600 g</b> kleine Blumenkohlröschen	Salz
<b>150 g</b> Bacon, in dünne Scheiben geschnitten	<b>8</b> Salbeiblätter
<b>1</b> große Bio-Zitrone	<b>1 EL</b> Butter
<b>1 EL</b> 1 gestr. EL Mehl	<b>0,25 l</b> ¼ l Milch
<b>100 g</b> Sahne	<b>150 g</b> Emmentaler oder Bergkäse, frisch gerieben
Pfeffer, frisch gemahlen	Muskatnuss, frisch gerieben

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 490 kcal

## Zubereitung

1. Die Blumenkohlröschen waschen. In kochendem Salzwasser etwa 2 Min. blanchieren, in einem Sieb kalt abschrecken und sehr gut abtropfen lassen.
2. Den Bacon in breite Streifen schneiden. Die Salbeiblättchen waschen und in feine Streifen schneiden, kleine Blättchen nach Belieben ganz lassen. Die Zitrone heiß waschen, abtrocknen, die Schale fein abreiben und eine Hälfte auspressen.
3. Die Butter in einem Topf schmelzen lassen, das Mehl einrühren und unter Rühren hellgelb anschwitzen. Nach und nach unter weiterem Rühren die Milch dazugießen. Die Mischung offen bei schwacher Hitze etwa 10 Min. köcheln lassen, dabei immer wieder rühren.
4. Dann die Sahne und den Käse untermischen und schmelzen. Die Sauce mit der Zitronenschale und 1 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
5. Das Raclettegerät anheizen. Den Blumenkohl mit ein paar Bacon- und Salbeistreifen in den Raclettepfännchen verteilen, Käsesauce darüber geben und im heißen Gerät etwa 10 Min. garen, bis die Sauce schön gebräunt ist.