

Rezept

Gemüseterrine

Ein Rezept von Gemüseterrine, am 09.06.2026

Zutaten

500 g Brokkoliröschen	500 g Blumenkohlröschen
Salz	1 Brötchen vom Vortag
250 g Sahne	3 Eier
2 Eigelbe	Pfeffer, frisch gemahlen
2 TL Zitronensaft	Muskatnuss
Butter für die Form	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 1 KASTENFORM (1 1/2 L INHALT) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 130 kcal

Zubereitung

1. Brokkoli und Blumenkohl waschen, putzen und in noch kleinere Röschen teilen. Blumenkohl in kochendem Salzwasser 7 Min., anschließend den Brokkoli 3 Min. kochen. Das Gemüse kalt abschrecken.
2. Das Brötchen würfeln und in kaltem Wasser einweichen. Sahne mit Eiern und Eigelben gut verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Brötchen gut ausdrücken, die Hälfte davon mit der Hälfte der Brokkoliröschen fein pürieren. Die Hälfte der Eiersahne untermischen und die Masse mit Salz, Pfeffer, und Zitronensaft pikant abschmecken. Übrigen Brokkoli untermischen. Blumenkohl ebenso verarbeiten, die Masse statt mit Zitronensaft mit Muskat abschmecken.
4. Backofen auf 150° vorheizen. Die Form fetten. Brokkolimasse einfüllen, glatt streichen. Die Blumenkohlmasse darauf geben und ebenfalls glatt streichen. Mit einer Gabel die beiden Massen spiralförmig ineinander ziehen.
5. Die Form in die Fettpfanne des Backofens stellen, mit kochendem Wasser umgießen und die Terrine im Ofen (Mitte, Umluft 140°) 1 Std. garen. Ofen ausschalten, die Terrine noch 15 Min. darin ziehen lassen. Herausnehmen und über Nacht kühl stellen.
6. Terrine mit einem Messer vom Rand der Form lösen, vorsichtig stürzen und in Scheiben schneiden.