

# Karfiolsteaks

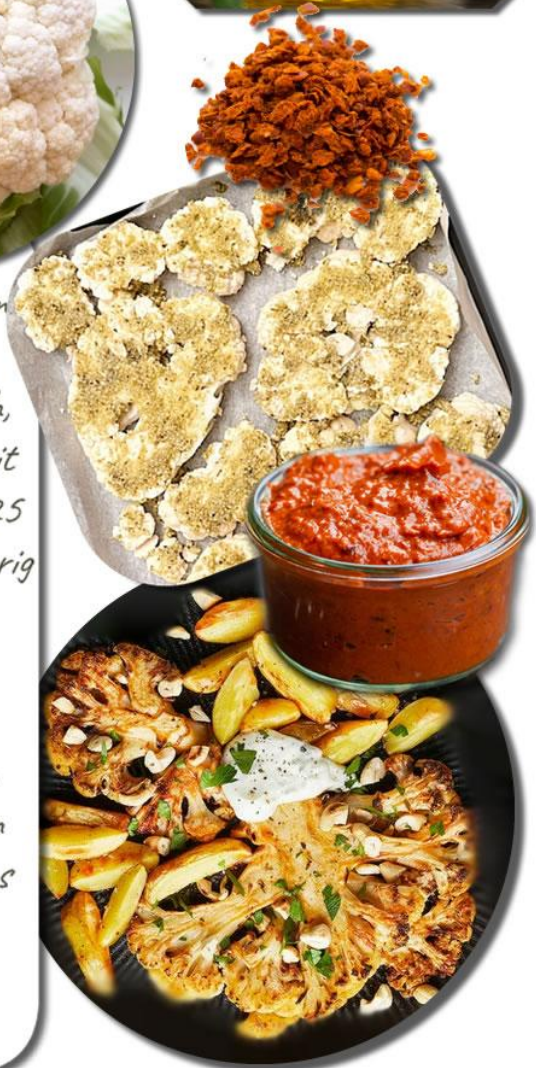
## Zutaten:

1 großer Karfiol  
1 TL Paprikapulver  
1 El Harissa  
2 Knoblauchzehen  
4 El Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
Chili-Flocken  
1 TL Zitronensaft  
400g Kartoffeln



## Zubereitung

Den Strunk vom Karfiol dranlassen (er hält alles zusammen!) und ihn in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Olivenöl, Paprikapulver, Harissa, gepresseten Knoblauch, Chili, Salz und Pfeffer mischen. Die Steaks großzügig mit der Marinade bepinseln und bei 200°C Umluft ca. 20-25 Minuten rösten, bis die Ränder dunkelbraun und knusprig sind. Kartoffeln schälen und in Stifte schneiden. Kartoffelstifte nach dem Schneiden 30 Minuten in kaltes Wasser legen (entzieht Stärke und Pommes werden knuspriger), gut abtrocknen und dann erst ölen/salzen. Sie können zusammen mit dem Karfiol auf einem zweiten Blech in den Ofen oder in den Airfryer. Als Saucen/Dips eignen sich gut Saucen Chimichurri oder Kräuterquark. Ein Spritzer Zitrone vor dem Servieren hebt den Geschmack der Karfiolsteaks.



Diverses

