



Coliflor rostizada

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocimiento: 30 minutos

Tiempo total: 40 minutos

Porciones: N/A

Desde que se puso de moda esta receta en muchos restaurantes, empezaron a replicarse variedades y variedades, todas con diferentes sabores. También en nuestras casas caímos en la tentación de hacer una hermosa coliflor gigante y espectacular.

La realidad en mi caso es que primero que nada, nunca había dado con una receta tan buena como estas dos variantes que les comparto, gracias a Martha y Mache que me sirvieron de inspiración con sus recetas para sacar estas tan ricas. Segundo, no hay necesidad de batallar con una coliflor gigante entera... se lleva mucho más tiempo de horno y no sale toda con el aderezo.

En mi experiencia es mucho mejor cortarla en floretes y así más práctico y más sabroso.

Estos dos aderezos se los debo en inicio a las recetas de Martha y Mache... claro que ya me conocen y siempre pongo y quito cosas a mi antojo. Estoy segura que estas versiones modificadas les van a gustar mucho.

Ingredientes (aderezo suave):

- 1/3 Taza mayonesa.
- 2 Cucharadas de salsa "Valentina".
- 1 Cucharada de salsa siracha cremosa (puede ser marca "Mayo").
- ¼ cucharadita de mostaza Dijon.
- ½ cucharadita de azúcar morena clara.
- Queso parmesano rallado (opcional).
- 3 Cucharadas de yogurt griego natural (o jocoque).
- 1 cucharadita de pasta de chile chipotle.
- (O bien, en lugar de las dos anteriores, usar aderezo de yogurth de chipotle marca "La Ligera").

Ingredientes (aderezo picante ligero):

- 5 Cucharadas de mayonesa.
- 3 Cucharadas de yogurt griego natural (o jocoque).
- 2 Limones jugo
- 2 Cucharadas de aceite de oliva.
- 1 Cucharada de paprika o pimentón (puede ser ahumada).



Coliflor rostizada

- 1 Cucharada de salsa Tabasco.
- 2 Cucharadas de “chilito en polvo” sabor natural de “La Cueva”.
- ¼ cucharadita sal de mar molida.
- ¼ cucharadita de pimienta negra.
- Queso parmesano rallado (opcional).

Procedimiento:

Precalentar el horno a 200°C o 400°F.

Cortar la coliflor en floretes medianos, sin que se desbarate mucho. Es preferible rostizar la coliflor en floretes en lugar de entera, tarda mucho menos tiempo en el horno y se impregna del aderezo por todos lados, no solo en la parte externa. Cuidar que los floretes no queden muy pequeños o desbaratados.

Rociar con aceite en spray (PAM de aceite de oliva de preferencia) una charola gruesa para horno. Untar los floretes con el aderezo de su elección (usar ¾ partes del aderezo, no todo) y meter a hornear por espacio de 15 minutos o a que la coliflor esté ya cocida pero firme, al dente.

Sacar del horno y volver a embarrar con el aderezo restante, espolvorear queso parmesano (al gusto).

Regresar al horno por 5 minutos más solo a que gratine el queso o hasta que empiece a dorar un poco.

Cuidar que no se vaya a recocer.

Sacar del horno y servir caliente.

¡BUEN PROVECHO!