

Цветная капуста Буффало

Визуальный рецепт от DAREBEE

© darebee.net



- 1 – 500g капусты
- 1 чашка – 200 мл молока
- 4 ст.л – 60g муки
- 1 чашка – 200 мл томатного соуса
- 1 ст.л патоки

ВАРИАНТЫ: добавьте в клар кайенский перец и чесночный порошок по вкусу. Добавьте жидкий дым, копченую паприку в соус и кунжутные семечки для гарнира.

2 ПОРЦИИ

ИНСТРУКЦИЯ

1. Для приготовления клара соедините в миске молоко и половину муки. Приправьте по вкусу и перемешайте.
2. Разделите цветную капусту на небольшие соцветия, окуните каждый кусочек в клар и выложите на противень, застеленный бумагой для выпечки, в один слой.
3. Разогрейте духовку до 200°C. Запекайте цветную капусту в течение 10 минут. Переверните ее и запекайте еще 5 минут.
4. Приготовьте соус барбекю, соединив в миске томатный соус, патоку, копченую паприку, жидкий дым (если используете) и оставшуюся муку. Приправьте по вкусу и хорошо перемешайте. Вы можете использовать покупной соус барбекю.
5. Обмакните каждый кусочек цветной капусты в соус и верните на противень. Запекайте еще 5-10 минут или до образования корочки.
6. Переложите на тарелку и посыпьте кунжутом.

