

## KNUSPRIGE BLUMENKOLHBITES MIT BRESC VEGANER PESTO-JOGHURTSOÛE – GESUNDER VEGANER SNACK ODER PARTYHÄPPCHEN



### GEBRAUCHTE BRESC PRODUKTE



Bresc Gegrilltes  
Paprikapüree 450g



Bresc Knoblauchpüree  
1000g



Bresc Vegan pesto 450g

### ZUTATEN

10

#### Für die Blumenkohl-Bites:

2,5 Köpfe Blumenkohl  
625 ml pflanzliche Milch  
500 g Maismehl  
500 g Panko  
37,5 ml Olivenöl  
12,5 g Bresc Knoblauchpüree  
12,5 g Bresc Paprikapüree  
12,5 g Salz  
7,5 g schwarzer Pfeffer

#### Für die vegane Pesto-Joghurtsauce:

500 g pflanzlicher Joghurt  
150 g Bresc veganes Pesto  
75 ml Zitronensaft  
12,5 ml Ahornsirup oder Agavensirup  
Eine Prise Salz und Pfeffer

### ZUBEREITUNG

Diese pflanzlichen, knusprigen Blumenkohl-bites sind die perfekte Kombination aus Crunch und Cremigkeit. Würzige Kräuter und luftiges Panko sorgen für einen herrlichen Biss, während die frische Bresc Vegane Pesto-Joghurtsauce einen cremigen und geschmackvollen Abschluss bildet. Ein ideales Gericht als veganer Snack, Vorspeise oder Häppchen zum Aperitif!

Den Backofen auf 200°C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

In einer Schüssel das Maismehl, die pflanzliche Milch, das Knoblauchpüree, das Paprikapüree, Salz und Pfeffer zu einem glatten Teig vermengen.

Die Panko-Brösel in eine separate Schüssel geben.

Jedes Blumenkohlröschen zuerst in den Teig tauchen und dann in Panko wälzen, bis es vollständig bedeckt ist.

Die Blumenkohlröschen auf das Backblech legen, mit Olivenöl besprühen oder beträufeln und für 25-30 Minuten backen, bis sie goldbraun und knusprig sind.

In der Zwischenzeit den Joghurt, das vegane Pesto, den Zitronensaft, den Sirup, Salz und Pfeffer für die Sauce in einer kleinen Schüssel verrühren. Nach Geschmack mit zusätzlichem Zitronensaft, Salz oder Süße anpassen.

Die knusprigen Blumenkohl-Bites sofort mit der erfrischenden Pesto-Joghurtsauce servieren!

