

## Ψητό και τραγανό το κουνουπίδι!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Photo: [edibleperspective.com](http://edibleperspective.com)

της Αναστασίας Λαμπρία.

Ο φίλος μου ο Ίγκυ, ευαίσθητος πολύ στα θέματα γεύσης-όσφρησης-βρώσης και ο καλύτερος μη επαγγελματίας ψήστης ψαριών που έχω συναντήσει, ξαφνιάστηκε κι ενθουσιάστηκε τις προάλλες όταν δοκίμασε το ψημένο κουνουπίδι που μου 'χει μάθει η Αγλαΐα. Ήμασταν πάνω στη θάλασσα, εκείνος έψηνε αγναντεύοντας κι εγώ τον ζάλιζα: «Τέρμα τα βραστά ή ωμό (α λα μοντ της δεκαετίας 80) ή στον φούρνο, λίγο καψαλισμένο να χάσει τη μελαγχολία του και μετά να κάνει σκέρτσα με διάφορα αρτύματα».

Κουνουπίδι τραγανό με κύμινο και αμύγδαλα

1 ολόκληρο μεσαίου μεγέθους κουνουπίδι, ανοιγμένο στα μπουκετάκια του

1 κουταλιά έξτρα παρθένο ελαιόλαδο

1-2 κουταλιές σιρόπι ροδιού ή άλλο αντίστοιχο από τα μπακάλικα της ανατολίτικης κουζίνας

1 ½ κουταλάκι κύμινο τριμμένο και

½ κουταλάκι κύμινο σε σπόρους  
1-2 λιωμένες σκελίδες σκόρδου  
πιπέρι καγιέν στη μύτη του κουταλιού  
αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι  
½ φλιτζάνι μύγδαλα ασπρισμένα και σπασμένα  
μαϊντανό ψιλοκομμένο  
Ανάβω τον φούρνο να καίει στους 240.

Σε μια βαθιά λεκάνη ρίχνω τα μπουκετάκια του κουνουπιδιού. Πασπαλίζω με κύμινο – τριμμένο και σποράκια, το καγιέν, αλάτι και πιπέρι, ρίχνω το λιωμένο σκόρδο, το λάδι και το σιρόπι. Ανακατεύω καλά με τα χέρια ώστε όλα τα μπουκετάκια να αρωματισθούν και καλυφθούν εξίσου.

Στη μεσαία σχάρα του φούρνου απλώνω χαρτί ψησίματος: πάνω του αραδιάζω τα κομμάτια του κουνουπιδιού. Ψήνω για δέκα λεπτά από την μια μεριά, γυρίζω τα μπουκέτα από την άλλη και επαναλαμβάνω για ένα δεκάλεπτο. Να τρυφερέψουν και να αρχίσουν να παίρνουν χρώμα.

Τότε χαμηλώνω τη θερμοκρασία στο 200, ανοίγω τον φούρνο και πασπαλίζω με τα αμύγδαλα. Αφήνω να ψηθούν όλα μαζί ένα 10λεπτο ακόμη. Κριτήριό μου να γίνουν χρυσαφιά τα αμύγδαλα και το κουνουπίδι να έχει τραγανές τις άκρες του.

Μεταφέρω σε πιατέλα μεγάλη ή βαθιά σουπιέρα, ρίχνω μια κλωστή από λάδι επιπλέον, γαρνίρω με τον μαϊντανό και με τον μύλο τρίβω παραπάνω πιπέρι. Ίσως να θέλουν και λίγο αλάτι. Φυσικό, Μεσολογγίου.

**Πηγή:** [bostanistas.gr](http://bostanistas.gr)