

sæson

FRISK FRUGT OG GRØNT FRA EUROPA. HVER DAG.

BLOMKÅL - SÆSON I SEPTEMBER



EN HILSEN FRA MARKEN - KOM PÅ BESØG

Blomkål plantes løbende fra marts til juli for at kunne høste fra juni til november.

Blomkål er nok den sværeste kål af alle at dyrke. Har avleren først fået besøg af kålsommerfuglen, og dens larve efterfølgende har spist i kålhjertet, så er løbet kørt. Hvor andre kål kan skyde igen, har blomkålen kun det ene skud. Blomkål er ikke begejstret for varmt sommervejr. Det skyldes, at blomkål sætter for mange blade, når vejret er varmt, i stedet for at bruge energi på hovedsætningen. Det er egentlig de uudviklede kålblomster vi spiser. Blomkål fås i den klassiske hvide farve, i en gul og en lilla udgave. En fætter til blomkålen er den grønne romanescokål. Kålen kræver en hel del vand, og varme i skygge - sidstnævnte sørger avleren for ved at brække bladene halvt over, så de kan foldes ind over kålhovedet, når det begynder at tage form. Skyggen sikrer at blomkålen forbliver hvid - bliver hovedet solskoldet får det en uheldig gulfarvning og kvaliteten forringes.

Hvis du har lyst til at besøge et gartneri, så er der Åbent Landbrug søndag den 17. sep. Find et gartneri [her](#).

HAR DU BLOMKÅL I OVERSKUD? BRUG RESTERNE

Brug det hele! Stokken giver konsistens og fylde i saucer og supper. Brug bladene - de byder på en mild og fin kålsmag - alt i alt giver det mere for pengene.

BLOMKÅL PÅ TALLERKENEN

Blomkål smager sødt og mildt bitter og har en god sprødhed i frisk tilstand. Hårdtristede buketter gør sig godt som tilbehør til diverse varme retter, krydret efter det verdenskøkken, som retten stammer fra. Fx det indiske køkken hvor blomkålen kan udgøre hovedingrediensen i en grøntsagscurry med masser af frisk ingefær, hvidløg og gurkemeje. Damp du i stedet blomkålen (hel eller i buketter) får du en mild og sød smag frem. Stop mens det stadig har bid - eller damp det helt mørt og cremet.

Blomkål er også velegnet at rive til couscous-konsistens og bruges i kolde salater.

Læg et laurbærblad i kogevandet når blomkålen koges - på den måde mindskes kålens karakteristiske duft.

Få viden om sæson for frugt og grønt på [sæson.dk](#)



Kampagne
med støtte
fra den
Europæiske
Union

Indholdet af dette materiale afspejler kun forfatterens holdning og er alene dennes ansvar. Europa-Kommissionen er ikke ansvarlig for den måde, informationen deri måtte blive brugt på.



BLOMKÅL BLØD OG BLOMKÅL SPRØD



10 personer

- 1,4 kg blomkål med blade (2 stk)
- 25 g smør
- 30 g saltet citron, finthakket
- 5 g karry
- 2 g friskkværnet peber
- 200 g blomkål, fintsnittet
- 150 g gulerødder, skåret i tynde skiver eller små tern
- 150 g pastinak, skåret i tynde skiver eller små tern
- 5 g salt
- 100 g havtorn
- 100 g sukker
- 1 dl lagereddike
- 20 g sennepspulver

Skær de groveste blade fra blomkålen. Snit bladene fint og sæt dem på køl til senere. Bland smør, citron, karry og peber og gnid blomkålene grundigt med al smørmassen. Placer kålene i et ildfast fad med en smule vand i bunden og dæk dem helt til med bagepapir. Bag blomkålen ved 180 grader i ca. 1 time, til de er møre og stadig har bid.

Bland snittet blomkål, gulerødder og pastinak med salt og lad det stå 10-15 minutter. Kom havtorn, sukker og eddike i en gryde og bring det til kog. Fjern gryden fra varmen og pisk sennepspulveret i den varme lage. Hæld straks lagen over de saltede grønsager og lad grønsagerne marinere et par timer eller natten over (dette kan sagtens laves flere dage før).

Anret de bagte blomkål på et fad med lidt kant og top op med masser af syltede grønsager. Drys til sidst med fintsnittet blomkålsblade. Server med en skarp kniv og en stor ske - eller del blomkålen i 8 stykker før servering.

Ønsker man en mere "sovset" ret, kan blomkålen ved servering overhældes med en god mælkesovs eller creme fraiche, før den toppes op med de syltede grønsager.