10 Δεκεμβρίου 2018

Κουνουπιδοκεφτέδες

Οι παλιοί έλεγαν ότι λάχανα και κουνουπίδια αν δεν κρυώσει ο καιρός δεν νοστιμίζουν. Οι καιρικές συνθήκες βέβαια έχουν πολύ αλλάξει, αλλά όσο νάναι από εδώ και μετά μπορούμε να λέμε ότι έρχεται ο χειμωνας

Κουνουπιδοκεφτέδες

12-14 κεφτέδες 20 λεπτά
Χρόνος μαγειρέματος
15 λεπτά

Συστατικά

500 γρ κουνουπίδι βάρος καθαρισμένου
120 γρ αλεύρι μαλακό
2-3 κοτ. σούπας ψιλοκομμένο μαϊντανό
1 μέτριο κρεμμύδι τριμμένο στον τρίφτη
2 σκελίδες σκόρδου λιωμένες
1 κουτ. γλυκού κύμινο
1/2 κουτ. γλυκού κανέλα
1 κουτ. γλυκού κουρκουμά
αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι
ελαιόλαδο για το τηγάνισμα

Διαδικασία
Με κοφτερό μαχαίρι αφαιρούμε τα κοτσάνια από το κουνουπίδι και το κόβουμε σε μπουκετάκια όσο πιο μικρά μπορούμε. Το πλένουμε και το βάζουμε σε αλατισμένο νερό που βράζει. Βράζουμε για 10 λεπτά. Στραγγίζουμε καλά σε σουρωτήρι

Σε ένα μπολ αναμειγνύουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά με τη βοήθεια μιας σπάτουλας.

Προσθέτουμε το βρασμένο κουνουπίδι και ανακατεύουμε καλά.

Σε ένα τηγάνι βάζουμε ελαιόλαδο και μόλις ζεσταθεί καλά προσθέτουμε κουταλιές από το μείγμα. Δεν βάζουμε πολλούς μαζί γιατί θα επηρεαστεί η θερμοκρασία του λαδιού. Τηγανίζουμε τους κεφτέδες σε λίγο πιο χαμηλή θερμοκρασία για 2-3 λεπτά από κάθε πλευρά.

Μεταφέρουμε σε πιατέλα στρωμένη με χαρτοπετσέτα να στραγγίσουν τα περιττά λάδια. Συνεχίζουμε με το υπόλοιπο μείγμα.

Πηγή: **Αγιορειτικη Μαγειρική Κληρονομιά**