



Μπουκιές κουνουπιδιού Tandoori με μαρινάδα γιαουρτιού

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10-15 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 35-40 λεπτά
Χρόνος αναμονής: 1-2 ώρες

Φυλάσσουμε τις μπουκιές κουνουπιδιού και την σως στο ψυγείο για 1-2 μέρες.

Υλικά για το mix μπαχαρικών για tandoori:

- 3 κ.σ. πάπρικα, καπνιστή
- 1 κ.σ. κουρκουμάς
- 1 κ.γλ. σκόνη σκόρδο
- 1 κ.γλ. μοσχοκάρυδο, τριμμένο
- 1 κ.γλ. πιπέρι, καγιέν
- 1 κ.γλ. κόλιανδρο, σκόνη
- 1 κ.γλ. κύμινο
- ½ κ.γλ. γαρύφαλλο, σκόνη

Υλικά για τις μπουκιές κουνουπιδιού:

- 1 μεγάλο κουνουπίδι, μόνο οι φλορέτες
- [200 γρ. γιαούρτι ΔΩΔΩΝΗ Στραγγιστό](#)
- 2 σκελίδες σκόρδο, τριμμένο
- 2 κ.σ. mix μπαχαρικών Tandoori
- χυμό & ξύσμα από 1 λάιμ
- ελαιόλαδο
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για τη σως γιαουρτιού:

- [200 γρ. γιαούρτι ΔΩΔΩΝΗ Στραγγιστό](#)
- ½ ματσ. φρέσκο κόλιανδρο, ψιλοκομμένο
- χυμό & ξύσμα από 1 λάιμ
- ελαιόλαδο
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για το σερβίρισμα (προαιρετικά):

- σως γιαουρτιού
- ρύζι μπασμάτι, βρασμένο
- flatbreads



Εκτέλεση:

- 1) Ξεκινάμε με το mix μπαχαρικών. Βάζουμε όλα τα μπαχαρικά σε ένα βαζάκι ή μικρό μπολ και ανακατεύουμε καλά.
- 2) Σε ένα μεγάλο μπολ βάζουμε το [στραγγιστό γιαούρτι ΔΩΔΩΝΗ](#), τον χυμό και το ξύσμα απο το λάιμ, 2 κ.σ. ελαιόλαδο, τα μπαχαρικά, το σκόρδο, αλατοπιπερώνουμε και ανακατεύουμε πολύ καλά.
- 3) Προσθέτουμε στο μπολ τις φλορέτες ανακατεύουμε απαλά να καλυφθούν από τη μαρινάδα, καλύπτουμε το μπολ και το αφήνουμε στο ψυγείο να μαριναριστεί για 1-2 ώρες.
- 4) Μεταφέρουμε τις φλορέτες σε ταψί περασμένο με λαδόκολλα και ψήνουμε σε πολύ καλά προθερμασμένο φούρνο στους 180 στις αντιστάσεις για 35-40 λεπτά. Στα μισά του χρόνου γυρνάμε τις φλορέτες.
- 5) Όσο ψήνονται ετοιμάζουμε τη σως. Σε ένα μπολ βάζουμε το [στραγγιστό γιαούρτι ΔΩΔΩΝΗ](#), τον κόλιανδρο, το ξύσμα και τον χυμό από το λάιμ, 1 κ.σ. ελαιόλαδο, αλατοπιπερώνουμε, ανακατεύουμε και αφήνουμε στο ψυγείο μέχρι να σερβίρουμε.
- 6) Σερβίρουμε με ρύζι ή flatbreads και την σως.