

Φανταστική πρωτότυπη συνταγή για την πιο βελούδινη και αφράτη ταραμοσαλάτα φτιαγμένη από κουνουπίδι! Η ιδέα μου ήρθε πριν 7 χρόνια όταν ένας φίλος διαγνώστηκε με διαβήτη και δεν έκανε να φάει καθόλου υδατάνθρακες. Σκέφτηκα να πειραματιστώ λοιπόν με το κουνουπίδι σαν βάση και το πείραμα πέτυχε!! Δοκιμάστε την και θα με θυμηθείτε, είναι πραγματικά υπέροχη!!

## Τι θα χρειαστείτε

500 γρ. φρέσκο κουνουπίδι

70 γρ. ταραμάς

1 μικρό κρεμμύδι τριμμένο

Χυμό από ένα λεμόνι

100 ml ελαιόλαδο ή όσο τραβήξει

# Ταραμοσαλάτα βελούδινη από κουνουπίδι

## Εκτέλεση συνταγής

Βράζουμε το κουνουπίδι να μαλακώσει.

Τρίβουμε το κρεμμύδι στον τρίφτη.

Βγάζουμε με μια τρυπητή κουτάλα το κουνουπίδι από την κατσαρόλα και το μεταφέρουμε στο μπλέντερ.

Προσθέτουμε τα 2/3 του ταραμά, το τριμμένο κρεμμύδι, το μισό λεμόνι και λίγο ελαιόλαδο. Ξεκινάμε να πολτοποιούμε και ρίχνουμε σταδιακά το ελαιόλαδο, σαν "κορδόνι". Λίγο πριν το βάλουμε όλο δοκιμάζουμε τη γεύση, προσθέτουμε και τον υπόλοιπο ταραμά και το ανάλογο λεμόνι, σύμφωνα με τα γούστα μας στο πόσο ξινή τη θέλουμε.

\* Προσοχή! Δεν βάζουμε ποτέ αλάτι στην ταραμοσαλάτα γιατί ο ταραμάς είναι από μόνος του αλμυρός.

Το αποτέλεσμα είναι μια υπέροχη βελούδινη ταραμοσαλάτα που θα σας ξετρελάνει με τη γεύση και την υφή της. Δεν μυρίζει και δεν θυμίζει καθόλου κουνουπίδι, ούτε στην οσμή ούτε στη γεύση. Φτιάξτε και θα με θυμηθείτε!

Αν σας άρεσε η ταραμοσαλάτα από κουνουπίδι δείτε και μια φανταστική [εναλλακτική καρμπονάρα με κρέμα από κουνουπίδι](#)

# Ταραμοσαλάτα βελούδινη από κουνουπίδι

## Βήμα προς Βήμα

- 1 Βράζουμε το κουνουπίδι να μαλακώσει.
- 2 Τρίβουμε το κρεμμύδι στον τρίφτη.
- 3 Βγάζουμε με μια τρυπητή κουτάλα το κουνουπίδι από την κατσαρόλα και το μεταφέρουμε στο μπλέντερ.
- 4 Προσθέτουμε τα 2/3 του ταραμά, το τριμμένο κρεμμύδι, το μισό λεμόνι και λίγο ελαιόλαδο. Ξεκινάμε να πολτοποιούμε και ρίχνουμε σταδιακά το ελαιόλαδο, σαν "κορδόνι".
- 5 Λίγο πριν το βάλουμε όλο δοκιμάζουμε τη γεύση, προσθέτουμε και τον υπόλοιπο ταραμά και το ανάλογο λεμόνι, σύμφωνα με τα γούστα μας στο πόσο ξινή τη θέλουμε. \* Προσοχή! Δεν βάζουμε ποτέ αλάτι στην ταραμοσαλάτα γιατί ο ταραμάς είναι από μόνος του αλμυρός.
- 6 Το αποτέλεσμα είναι μια υπέροχη βελούδινη ταραμοσαλάτα που θα σας ξετρελάνει με τη γεύση και την υφή της. Δεν μυρίζει και δεν θυμίζει καθόλου κουνουπίδι, ούτε στην οσμή ούτε στη γεύση.-Φτιάξτε και θα με θυμηθείτε! Αν σας άρεσε η ταραμοσαλάτα από κουνουπίδι δείτε και μια φανταστική-εναλλακτική καρμπονάρα με κρέμα από κουνουπίδι