

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2



Fotocredit: Simeon Baker

Brokkolisalat mit Pekannüssen und Ingwerbröseln

Zutaten

(4 Personen)

- 700 g Brokkoli
- 150 g Pekannüsse
- Salz
- evtl. Weißkraut

Für die Brösel

- 1 Stück Ingwer (ca. 2 cm lang), ganz fein geschnitten
- 3 EL Butter
- 300 g Schwarzbrotbrösel

Für die Salatmarinade

- 1/16 L Orangensaft
- 1 EL weißer Balsamicoessig
- 2 EL Honig
- 2 Spritzer Tabasco
- Walnussöl

Quelle: ORF extra

- 1 EL Estragonsenf
- 1 rohes Ei
- 300 g Mähzarella (Mozzarella aus Schafmilchkäse)
- Oregano
- Orangenabrieb
- 1 Bund Bachkresse
- 2 hart gekochte Eier

Zubereitung

Brokkoli putzen, schneiden und danach in gesalzenem Wasser weichkochen. Etwas vom geschnittenen Weißkraut begeben und den Topf beiseitestellen. Kochwasser behalten. Wir benötigen es später noch.

Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, dann die Nüsse und etwas Butter begeben und das Ganze kaltstellen.

Nun in derselben Pfanne Butter mit Ingwer und den Bröseln zu leicht gebräunten Bröseln vermischen.

Für die Marinade Orangensaft mit Balsamicoessig, Honig, Tabasco, Senf, dem Ei, einem Schuss Walnussöl und 2 Schöpfern des vorhin verwendeten Kochwassers zu einer homogenen Emulsion mixen.

Den Mähzarella grob schneiden.

Brokkoli gemeinsam mit der Marinade, etwas Orangenabrieb, den grob geschnittenen Mähzarella, etwas Oregano und die Bachkresse in eine Schüssel geben, mit den Nüssen bestreuen, mit Olivenöl verfeinern und die hart gekochten Eier darüber reiben.