

Frisch gekocht
Dienstag, 12. April 2016



Rezept von Paul Ivic

Gedämpfter Brokkoli auf Kartoffel-Blini

1 Stunde 15 Minuten (ohne Stehzeit)/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

450 g Brokkoli, Olivenöl, Salz.

Für den Kräuterfond: 1 Zwiebel, 100 g Champignons, 2 Liter Gemüsefond, 500 ml weißer Portwein, 4 Paradeiser; Petersilie, Kerbel; 100 g Champignons, 125 ml Hafermilch, Salz, frisch gehackte Kräuter (z.B. Lorbeer, Majoran, Rosmarin, Thymian), Olivenöl.

Für die Erdäpfel-Blini: 100 g Weizenmehl, 35 g Buchweizenmehl, 1 TL Kurkuma, 1 TL Trockenhefe, 1/2 TL Akazienhonig, 120 ml Bio-Wiesen-Milch, 75 g Sauerrahm, 1 Ei, 200 g Erdäpfel, 3-4 EL Butterschmalz, Salz, Muskatnuss.

Zubereitung

Brokkoli in kleine Röschen teilen, den Strunk und die Abschnitten für den Kräuterfond aufbewahren. Für den Kräuterfond den Portwein einreduzieren. Zwiebel und Champignons grob schneiden und in etwas Olivenöl anbraten. Paradeiser, Petersilie, Kerbel und die Brokkoliabschnitte zugeben, kurz mitbraten, dann mit Gemüsefond ablöschen. Salzen und einkochen lassen.

Für die Blini beide Mehle mit Trockenhefe vermengen. Honig mit Milch und Sauerrahm auf Körpertemperatur erwärmen und zur Mehlmischung geben. Mit Kurkuma, Salz und Muskatnuss würzen. Das Ei trennen. Eidotter ins Mehlgemisch rühren und gut vermischen (es sollte ein leicht flüssiger Teig entstehen). 1 Stunde zugedeckt an einem warmen Ort stehen lassen.

Eiklar zu Schnee schlagen. Die geschälten Erdäpfeln grob raspeln und mit dem Eischnee unter den Teig ziehen.

In der Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und portionsweise Blini backen.

Die Brokkoliröschen in einem Dämpfer oder einem Sieb über dem Kräuterfond abgedeckt mit etwas Salz und Olivenöl dämpfen. Danach den Fond abseihen und mit der Portweinreduktion vermengen. Hafermilch zugießen und mit etwas Olivenöl montieren. Frische Kräuter und Salz hinzufügen und fein mixen. Als Nage (leichte Sauce) zum Brokkoli und den Blini servieren.