

Frisch gekocht
Mittwoch, 29. Juni 2016



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

Stöcklkraut & Linsen

45 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

1 Kopf Spitzkraut (in 6 Teile geteilt, mit Strunk), etwas Butterschmalz, Salz, Zucker, gemahlener Kümmel, Pfeffer, etwas Gemüsefond.

Für die Paprika-Linsen:

300 g gekochte Beluga Linsen, etwas Dijon-Senf, süßer dunkler Balsamessig, 60 g Paprika (geschält, in kleine Würfel geschnitten), 1 Msp. gehackter Thymian, Salz, Pfeffer, etwas Butter zum Montieren, 200 ml Gemüsefond, Olivenöl.

Für den Paprikafond:

1 Liter Gemüsefond, Olivenöl, 120 g roter Paprika, 100 g Tomaten, 1 EL Paprikapulver, 2 Schalotten, 80 g Stangensellerie, trockener Wermut (Noilly Prat), etwas Thymian und Basilikum, 3 EL Tomatenmark, Salz, Piment d`Espelette, Zucker, Butter.

Zubereitung

Das Kraut in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, dann kalt abschrecken und abtrocknen legen. Etwas Butterschmalz erhitzen und das Kraut darin rundum scharf anbraten. Mit etwas Zucker bestreuen und leicht karamellisieren, mit Salz, Pfeffer und etwas Kümmel würzen. Ein wenig Gemüsefond zugießen und zugedeckt weich dünsten.

Für die Linsen Paprika in etwas Olivenöl anschwitzen, Linsen dazugeben, kurz sautieren, mit etwas Balsamessig ablöschen. Gemüsefond zugeben und kurz dünsten lassen, etwas Senf dazugeben und mit Thymian, Salz, Pfeffer abschmecken. Kurz durchkochen und mit etwas Butter montieren.

Paprika, Tomaten, Schalotten und Stangensellerie in Stücke schneiden. Gemüse in Olivenöl anschmoren, Tomatenmark und Paprikapulver dazugeben, kurz durchrühren und mit etwas Wermut ablöschen. Einkochen lassen, mit dem Gemüsefond aufgießen. Thymian und Basilikum hinzufügen und ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen.

Kurz mixen (für die Bindung) und durch ein Sieb passieren. Mit etwas Butter montieren. Mit etwas Salz, Piment d`Espelette und einer Prise Zucker abschmecken. Den Strunk vom Stöcklkraut ausschneiden und mit den Linsen und dem Paprikafond auf Tellern anrichten.