Frisch gekocht

Montag, 7. August 2017

Rezept von Richard Rauch

Frühlingssalat mit Mohn-Chips und Erbsencreme

40 Minuten/aufwendig

Zutaten für 4 Personen

200 g Kohlrabi, 200 g junge Karotten (mit Grün), 100 g Zuckererbsen, 2 Köpfe Butterhäuptelsalat, Kerbel, 8 Radieschen, Estragon.

Für die Mohn-Chips: 120 g Graumohn, 40 g Maisstärkemehl, 200 ml Wasser, Salz.

Für die Erbsencreme: 250 g Erbsen, Salz, Cayennepfeffer, 100 g Butter.

Für das Salatdressing: 1 EL grober Senf, 1 TL Zucker, 100 ml Apfelessig, Salz, Pfeffer, 350 ml Olivenöl, 150 ml Sonnenblumenöl.

Zubereitung

Karotten schälen, Kohlrabi schälen und in Streifen schneiden. Zuckererbsen in längliche Stücke schneiden mit Kohlrabi und Karotten in Salzwasser weichkochen, danach mit Eiswasser abschrecken. Die Radieschen mit einem Trüffelhobel fein hobeln. Vom Butterhäuptelsalat die äußeren Blätter entfernen und die Salatherzen in kaltes Wasser legen.

Für die Mohn-Chips das Wasser mit dem Stärkemehl aufkochen und salzen. Mohn zugeben und glatt rühren. Die zähe Masse dünn auf eine Silikonmatte streichen. Im Rohr bei 150 °C ca. 20 Minuten backen.

Für die Erbsencreme die Erbsen in Salzwasser weichkochen. Danach abseihen und mit der kalten Butter fein mixen. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen, beiseite stellen.
Für das Salatdressing Apfelessig, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer vermischen und die Öle einmixen.

Zum Anrichten in einer großen Schüssel die warme Erbsencreme verteilen. Salatherzen, Kohlrabi, Karotten und Zuckererbsen mit dem Salatdressing marinieren und in die Schüssel setzen. Kerbel und Radieschen darüber streuen. Mit Mohnchips, frischem Estragon und Karottengrün garnieren.