

Frisch gekocht



Rezept von Paul Ivic

Quinoa-Salat mit Ziegenfrischkäse und Lemon Curd



1 Stunde/ aufwendig

Zutaten für 4 Personen:

150 g schwarze Quinoa, 3 cl Olivenöl, 1 ½ Liter Gemüsefond, 1 Rote Rübe, 400 g vollreife Flug-Mangos (gelb), 2 EL Akazienhonig, Saft von 1 Limette, Mark von 1 Bourbon-Vanilleschote, Meersalz, Pfeffer, einige Basilikumblätter, 50 g Ziegenfrischkäse, 1 Tasse Friseé-Salat.

Für den Lemon Curd: Saft und Schale von 2 unbehandelten Limetten, 100 g zerlassene Butter, 50 g Zucker, 3 Eier, 2 Eidotter.

Zubereitung

Quinoa waschen und in Olivenöl andünsten. Wie bei der Zubereitung eines Risotto nach und nach den Gemüsefond hinzufügen. Die Garzeit beträgt ungefähr 35 bis 40 Minuten. Die Quinoa muss beim Garen leicht aufgehen! Dann vom Herd nehmen, abgießen und auskühlen. Die Rote Rübe schälen und in kleine Würfel schneiden. In Olivenöl anschwitzen, mit etwas Gemüsefond aufgießen und weich schmoren.

Die Mangos schälen, den Kern ablösen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Mit Honig, Limettensaft, Vanillemark, Olivenöl, Meersalz und Pfeffer würzen und einige geschnittene Basilikumblätter beimengen. Den Friseesalat waschen, trocknen und in Stücke schneiden. Für den Lemon Curd Zucker, Eier, Dotter und Limettensaft über Wasserdampf „zur Rose“ aufschlagen (bis ca. 80 °C). Die Eimasse sollte eine fest cremige Konsistenz haben. Flüssige Butter und Limettenschale zufügen und gut verrühren. Masse in einen Spritzsack füllen und kalt stellen.

Den Quinoa auf Tellern anrichten, Mangos, Rote Rüben und Friseeblätter darauf verteilen. Den Ziegenfrischkäse darüber bröseln und mit einigen Punkten Lemon Curd dekorieren.