

Schmeckt perfekt



Rezept von Heinz Reitbauer

Gebratener Grünspargel-Sprossen-Salat mit Ziegenfrischkäse & Walnuss

35 Minuten/ leicht



Zutaten für 4 Personen

200 ml Verjus (*oder Weißweinessig*), 100 ml Wasser, 40 g Walnüsse (aus der Schale gebrochen und halbiert), 40 g Blütenhonig.

Für die Topinambur-Chips: 150 g Topinambur (geschält) (*oder Kartoffeln*), Pflanzenöl zum Frittieren. (Für den karamellisierten Ziegenfrischkäse: 180 g Ziegenfrischkäse-Rolle.

Für den Grünspargel-Sprossensalat: 4 EL Walnussöl, 200 g Grünspargel (in Streifen geschnitten), 100 g Erbsenschoten (in Streifen geschnitten), 100 g Sojasprossen (gesäubert), Pfeffer (gemahlen), Karpatsalz, 10 g Radieschen-Sprossen, Topinambur-Chips (siehe Zubereitung zuvor), etwa Rucola (gewaschen und getrocknet).

Zubereitung

Verjus, Wasser und Walnüsse aufkochen und auf kleiner Stufe, bis die Flüssigkeit fast verkocht ist, „weich“ kochen (dauert ca. 8-10 Minuten). Dann den Honig beigeben und behutsam sirupartig einkochen.

Wenn die Nüsse leicht zum Karamellisieren beginnen, von der Hitze nehmen und etwas abkühlen lassen.

Die Topinambur so dünn wie möglich schneiden bzw. hobeln.

Die Scheiben trocken tupfen und bei 160 °C in Pflanzenöl goldbraun frittieren (Nicht zu große Mengen auf einmal frittieren. - Nicht zu dunkel frittieren, da die Chips noch etwas nachziehen.) Aus dem Öl nehmen, leicht salzen und auf Küchenpapier (am besten an einem warmen Ort) abtropfen lassen.

Den Ziegenfrischkäse in 12 Scheiben portionieren und diese in einer beschichteten Pfanne auf kleiner Hitze ganz langsam für 8 bis 12 Minuten auf einer Seite karamellisieren lassen.

Für den Salat Spargel und Erbsenschoten in Walnussöl für ca. 1 Min. scharf anbraten.

Anschließend die Sojasprossen zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Sprossen und Topinambur-Chips beigeben und untermengen. Vom Herd nehmen und am Ende den Rucola beigeben. Nach Geschmack noch etwas nachwürzen und sofort anrichten.

Mit dem karamellisierten Käse sowie den karamellisierten Nüssen belegen und mit etwas Walnussöl beträufeln.