

Schmeckt perfekt



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

Gefüllte Zwiebel mit Hirse-Safran und Lauch

1 Stunde 15 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 große weiße Gemüsezwiebeln, 50 g Butter (oder Olivenöl), 30 g weißer Teil vom Lauch (in 5 mm-Würfel geschnitten), 30 g Sellerie (in 5 mm-Würfel geschnitten), 30 g Schalotten (in 5 mm-Würfel geschnitten), 150 g Goldhirse, 100 ml weißer Portwein, 400 ml Geflügelfond, etwas Safran, Salz, Pfeffer; 1 TL gehackte Petersilie, 1 TL gehackter Schnittlauch

Für die Zwiebelringe: 1 kleine Zwiebel, Mehl, Paprikapulver, Öl.

Für den Safranschaum: 2 Eidotter, 4 EL Safransud, 4 EL Obers, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer.

Für den gebackenen Junglauch: 4 Stangen Junglauch (blanchiert), etwas Mehl, 1 Ei, Brösel zum Panieren, Erdnussöl zum Frittieren.

Zubereitung

Für den Safran-Sud die Schalotten in Butter glasig andünsten, Lauch und Sellerie dazugeben und kurz mitdünsten. Geflügelfond, Portwein und Safran aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 15 Minuten köcheln. Etwa 100 ml der Flüssigkeit für die Herstellung eines Schaums abzweigen und beiseite stellen.

In die restliche Flüssigkeit die Hirse geben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Danach 10 Minuten quellen lassen und in Folge mit dem Gemüse vermischen.

Die Gemüsezwiebeln zuerst in Backpapier, dann in Alufolie einwickeln und im Rohr bei 170 °C 30 bis 40 Minuten garen. Die weichen Zwiebeln aus der Folie und der Schale schälen. Die Zwiebelherzstücke oben abschneiden, die inneren Zwiebelringe herausnehmen und in die Hohlräume die Hirsemischung einfüllen.

Für die Zwiebelringe die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Die Ringe mit Paprikapulver und Mehl bestreuen bzw. sie darin wenden. In einer Pfanne in heißem Öl knusprig frittieren. Danach auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Safranschaum 2 Eidotter mit 4 EL Safransud und 4 EL Obers über Wasserdampf schaumig aufschlagen, mit Salz, Pfeffer und etwas Cayennepfeffer abschmecken.

Den zugeputzten Junglauch zuschneiden. Zuerst in Mehl, dann in verquirltem Ei und schließlich in Bröseln wenden und panieren. In heim Erdnussöl frittieren.

Die gefüllten Gemüsezwiebeln mit Kräutern bestreuen, mit Safranschaum, dem gebackenen Junglauch und Zwiebelringen servieren.