

Schmeckt perfekt



Rezept von Heinz Reitbauer

Kohlrabi & Erbsen mit Haselnüssen & Verbene

35 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 Kohlrabi, Haselnuss-Öl, 100 g Erbsen (frisch), 30 g Haselnüsse (ganz & geschält), 2 EL Hühnerfond, 2 EL Erbsensprossen (geschnitten), Karpatensalz.

Für den Kohlrabi-Verbene-Saft: 170 g Kohlrabi-Saft, 10 g Pfefferoni (grün), 5 g Ingwer (geschält & gerieben), 4 g Zitronengras (in feinen Ringen), 4 g Salz, 10 g Kristallzucker, 1 Limette (unbehandelt; Abrieb & Saft), 8 g Verben-Blätter (gezupft), 100 g Crème fraîche.

Für den Kochsalat (glaciert): 20 g Butter, 1 Schalotte (grob geschnitten), 1/2 Knoblauchzehe, 125 ml Hühnerfond, Zitronenthymian, 15 g Butter (kalt), 1 Prise Salz, 2 Kochsalat-Herzen.

Außerdem: Limettensaft, Haselnuss-Öl Zitronenverbene-Blätter

Zubereitung

Die Kohlrabi schälen, dabei alle holzigen Teile entfernen. Die oberen und unteren Enden der Kohlrabi mit einem Gemüse Hobel in feine Scheiben hobeln; bis zum Anrichten beiseite geben.

Die verbleibenden Herzstücke quer halbieren. Die Kohlrabi-Hälften in einer beschichteten Pfanne in Haselnuss-Öl auf mittlerer Hitze langsam anbraten. Sobald die Schnittflächen eine schöne Farbe angenommen haben, wenden und die andere Seite ebenfalls goldgelb braten. Sobald die Kohlrabi gegart, aber noch knackig sind, aus der Pfanne heben und in kleine Spalten schneiden.

70 g der frischen Erbsen 1 Minute in Salzwasser kochen, danach in gesalzenem Eiswasser abschrecken. Die restlichen 30 g roh verwenden.

Die Haselnüsse im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C für 6 Minuten rösten. Danach abkühlen lassen und grob hacken.

Kohlrabispalten, Erbsen und Haselnüsse mit 2 EL Hühnerfond leicht erhitzen, mit Salz und geschnittenen Erbsensprossen abschmecken.

Für den Kohlrabi-Verbene-Saft alle angeführten Zutaten gemeinsam zu einer leicht gebundenen Sauce mixen; aufkochen und anschließend durch ein Haarsieb passieren.

Für den Kochsalat Schalotte und Knoblauch in Butter anschwitzen. Mit Hühnerfond aufgießen, Zitronenthymian und Salz begeben, mit kalter Butter verrühren.

Die äußeren Blätter vom Kochsalat in der Buttermischung glacieren und leicht garen.

Die gehobelten Kohlrabi-Scheiben mit Limettensaft und Haselnuss-Öl marinieren und auf dem warmen Gemüse, abwechselnd mit dem glacierten Kochsalat anrichten.

Die Verbene-Blätter darüber zupfen und den Kohlrabi-Verbene-Saft großzügig auf dem Teller verteilen.