

Schmeckt perfekt



Rezept von Paul Ivić

Trilogie von der Zwiebel

50 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

Für die Zwiebelmarmelade: 4 Tropea-Zwiebeln, 400 ml roter Portwein, Salz, Zucker, Zitronenthymian, Lorbeerblatt.

Für die geschmorten Zwiebeln: 2 Roscoff-Zwiebel (oder weiße Zwiebeln), Thymian, Öl, Salz.

Für die Zwiebelsegmente: 1 Roscoff-Zwiebel, Salz, Saft und Schale von 1 Bio-Zitrone, Olivenöl, Thymian.

Für die Heucreme: 40 ml ungesüßte Bio-Sojamilch, 250 ml Bergheu-Öl (alternativ Olivenöl), Saft und Schale von 1 Zitrone, Salz.

Zum Anrichten: Vogelmiere und Schafgarbe.

Zubereitung

Für die Zwiebelmarmelade die Zwiebeln feinwürfelig schneiden und bei geringer Hitze mit Salz und Zucker anschwitzen. Mit Portwein aufgießen und die Kräuter hinzugeben. Bei geringer Hitze so lange köcheln lassen, bis die gesamte Flüssigkeit verdampft ist (mindestens 30 Minuten). Danach die Kräuter wieder entfernen.

Für die geschmorten Zwiebeln die Zwiebeln schälen und der Länge nach halbieren. Die Schnittflächen salzen und in wenig Öl langsam anbraten. Nach ca. 5 Minuten die Pfanne mit den Zwiebeln und dem Thymian im Rohr bei 180 °C etwa 10 Minuten schmoren lassen. Die Schnittflächen der Zwiebeln sollen dunkelbraun angeröstet sein.

Für die Zwiebelsegmente Wasser in einem Topf mit Salz und Thymian aufkochen (das Wasser soll leicht überwürzt sein). Die geschälte Zwiebel 5-10 Minuten im Wasser weich kochen. Die Zwiebel herausnehmen und etwas auskühlen lassen. Die gekochte Zwiebel halbieren, den Strunk entfernen und in einzelne Segmente teilen. Mit dem Olivenöl, Zitronensaft, Zitronenschale und Salz marinieren.

Für die Heucreme alle Zutaten bis auf das Öl in ein enges Gefäß (z.B einen Trinkbecher) geben und mit einem Stabmixer vermischen. Beim Mixen langsam das Öl hinzufügen, bis eine cremige Emulsion entsteht (wie bei einer Mayonnaise). Die Creme abschmecken und wenn nötig nachsalzen.

Die Heucreme auf Tellern verteilen, die geschmorten Zwiebeln, die Zwiebelsegmente und die Zwiebelmarmelade anrichten und mit Kräutern dekoriert servieren.