

Schmeckt perfekt



Rezept von Heinz Reitbauer

Waldstaude & Waldpilze mit Holunder & Kresse

1 Stunde 20 Minuten (ohne Stehzeiten)/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

100 g Waldstaude (ungeschliffen), 30 g Butter (kalt), 1 Prise Karpatensalz.

Für das Waldpilz-Tatar: 300 g Waldpilze (Buchenpilze, Kräuterseitlinge, Krause Glucke, Semmel-Stoppelpilz geputzt), 50 g Pflanzenöl, 1 Prise Karpatensalz, 2 Zweige Thymian, 15 g Butter; 20 g Butter, ½ Zwiebel, 1 Zehe Knoblauch, 50 g Stangensellerie (geschält, kleinwürfelig geschnitten), 50 g Pak Choi-Stiele, 100 ml Madeira, 1 TL Liebstöckel (fein geschnitten), 1 TL Petersilie (fein geschnitten), Saft von ½ Bio-Limette, 1 Prise Pfeffer, 2 EL Pak Choi Blätter (in feine Streifen geschnitten), 2 EL Walnüsse (geröstet und gehackt).

Für die Holunderblüten-Marinade: 50 ml Holunderblüten-Sirup, 50 ml Limettensaft (passiert), 30 ml Traubenkern-Öl, 1 Prise Pfeffer schwarz, 1 Prise Karpatensalz.

Für die Pilz-Gartenkresse-Sauce: 200 g weiße Zwiebel (geschält und fein gewürfelt), 50 g Butter, 1 Zehe Knoblauch (fein geschnitten), 50 g Stangensellerie (gewürfelt), 100 g Champignons, 1 TL Koriandersaat, 1 Pfefferkorn, 2 Zweige Thymian, 80 ml Weißwein, 400 ml Hühnerfond (oder Rindsuppe), 2 Tassen Gartenkresse, 50 g Babyspinat (optional Cremespinat-Würfel), Saft von ½ Limette, 1 EL Crème fraîche, Karpatensalz.

Außerdem: 4 Pak Choi-Herzen (gesäubert und halbiert), Gartenkresse.

Zubereitung

Die Waldstaude in reichlich Wasser für mindestens 24 Stunden einweichen.

Im Einweichwasser ohne Salz kalt auf den Herd stellen und in etwa 1 Stunde weichkochen. Den Topf von der Hitze ziehen und nicht absehen. Mit Folie abdecken. Die Waldstaude sollte vom verbliebenen Kochfond noch etwa halb bedeckt sein.

Zum Fertigstellen die Waldstaude im Fond erhitzen, salzen und unter ständigem Rühren die Flüssigkeit fast vollständig einkochen lassen. Von der Hitze nehmen und die kalte Butter unterziehen.

Für das Waldpilz-Tatar die Waldpilze je nach Sorte in gleichmäßige Stücke schneiden. In einer beschichteten Pfanne das Öl erhitzen und die Pilze darin scharf anbraten. Salz, Butter und Thymian zufügen und kurz fertigbaren, dann aus der Pfanne nehmen. Die Butter in der noch heißen Pfanne aufschäumen. Fein geschnittenen Zwiebel und Knoblauch darin

anschwitzten, Stangensellerie und Pak Choi-Würfel zufügen. Mit Madeira ablöschen und vollständig einkochen lassen.

Das Waldpilz-Tatar mit Liebstöckel, Petersilie, Limettensaft, Pfeffer, Pak Choi-Streifen und Walnüssen warm vermengen und würzig abschmecken.

Für die Holunderblüten-Marinade alle angeführten Zutaten miteinander vermengen.

Für die Pilz-Gartenkresse-Sauce Zwiebel und Champignons in der Butter anschwitzen und leicht karamellisieren lassen Knoblauch, Stangensellerie, Koriandersaat, Pfefferkorn und Thymian zufügen und kurz mitgaren. Mit Weißwein ablöschen und einkochen. Mit Hühnerfond aufgießen und 15 Minuten köcheln lassen. Den Thymian aus der Sauce nehmen und die Flüssigkeit kurz anmixen. Anschließend durch ein feines Spitzsieb passieren.

Gartenkresse, Babyspinat, Limettensaft und Crème fraîche fein mixen und mit Salz abschmecken.

Die Pilz-Gartenkresse-Sauce auf Tellern verteilen. Abwechselnd Waldstaude und Waldpilz-Tatar auf dem Teller punktuell und möglichst hübsch auf dem Teller arrangieren. Die Pak Choi-Herzen mit der Holunderblüten-Marinade marinieren und auf dem Waldpilz-Tatar verteilen; noch etwas von der Marinade darüber träufeln. Gartenkresse darüber streuen.