

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Chabis-Wirzsalat

Koch: Maximilian Weber

Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Dressing

- 1 TL scharfer Senf
- 2 EL Weißweinessig
- 4 EL Rapsöl
- 1 EL Ketchup
- 2 EL frisch gerissener Kren
- 1 EL Preiselbeermarmelade
- Salz
- Pfeffer

Für die Croutons

- 3 Scheiben Toastbrot
- 2 Knoblauchzehen
- 50 ml Olivenöl
- Salz
- 1 Rosmarinzweig
- 1 Thymianzweig

Für den Salat

- 400 g Wirz (Wirsing)
- 150 g Chabis (Rotkohl)
- 1 roter Apfel
- 1 Estragonzweig

Für die Garnelen

- 12 Alpengarnelen
- 1 Rosmarinzweig
- 1 Thymianzweig
- 50 ml Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Pfeffer
- Saft einer Zitrone

Zubereitung

1. Für das Dressing den frisch gerissenen Kren mit dem scharfen Senf, dem Weißweinessig, dem Rapsöl, dem Ketchup und der Preiselbeermarmelade in einer Schüssel vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Für die Croutons das Toastbrot in kleine Würfel schneiden und mit dem feingehackten Knoblauch, dem Olivenöl, etwas Salz und Pfeffer auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech vermengen, den Rosmarin und den Thymian begeben und bei 180° C Umluft 10 Minuten im vorgeheizten Rohr goldbraun backen.

3. Die Garnelen aus dem Kühlschrank nehmen, damit sie Zimmertemperatur annehmen können. Den Darm und die Schale bis zur Schwanzspitze entfernen und die Garnelen im Butterfly-Cut aufschneiden (bis zum Schwanz einschneiden, sodass man sie mit dem Schwanz nach oben aufstellen kann).

5. Für den Salat den Wirz in grobe Rauten schneiden, mit dem Dressing marinieren und ziehen lassen. Den Chabis in feine Streifen schneiden, diese kurz in einem Topf in kochendem Salzwasser blanchieren, anschließend in kaltem Wasser abschrecken und zum Salat geben. Den Apfel in feine Blätter schneiden und ebenfalls zum Salat geben.

6. Nun die Garnelen mit einer angedrückten Knoblauchzehe, dem Rosmarin- und dem Thymianzweig etwa 1 Minute in einer Pfanne in heißem Olivenöl anbraten. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

7. Zum Schluss den Salat in kleinen Schüsseln anrichten und mit den Croutons, den Garnelen und etwas feingeschnittenem Estragon servieren.