

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Zweierlei von der Wachtel

Koch: Andreas Egger

Zutaten

(4 Personen)

Für das Wachtel supreme

- 4 Wachtelbrüstchen
- Salz
- Pfeffer weiß
- 50 g Butter
- Je 2 Zweige Rosmarin, Thymian und
- Majoran

Für das gebackene Wachtelei im Kräutermantel

- 4 Wachteleier
- 120 g glatte Petersilie ohne Stengel
- 140 g Semmelbrösel
- 1 Ei
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 1 TL Dijon Senf
- etwas Milch oder Sahne nach Bedarf

Quelle: ORF extra

- Gehackte Mandeln zum Wälzen

Für das Karotten-Pastinakenpüree

- 150 g Karotten
- 150 g Pastinaken
- 150 g mehliges Kartoffel
- 30 g Butter
- Salz
- Pfeffer weiß
- 250 ml Gemüsefond

Für das Mini-Speck-Bohnenbündel

- 8 Scheiben Tiroler Bauchspeck
- 250 g grüne Bohnen
- Butter zum Anbraten

Zusätzliches Dekor

- Rosmarinspitzen
- Kerbelblatt

Zubereitung

Wachtel supreme:

Wachtelbrüstchen mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite in Butter goldbraun anbraten. Wenden und die Kräuter hinzufügen und nur kurz arrosieren. Aus der Pfanne nehmen und bei 75 Grad ca. 8 Minuten rasten lassen.

Gebackenes Wachtelei im Kräutermantel:

Die Wachtelei hart kochen (rund 6 Minuten) danach gut kalt abschrecken, schälen und beiseite stellen.

Die Petersilie mit den Bröseln fein cuttern und durch ein Sieb treiben, sodass feine Kräuterbrösel entstehen. Nun mit den restlichen Zutaten vermischen und einen weichen „Knödel-Teig“ herstellen. Jeweils ein Wachtelei mit dieser Masse umschließen, in Mandeln wälzen und in heißem Fett herausbacken.

Karotten-Pastinakenpüree:

Für das Karotten-Pastinakenpüree das geschälte Gemüse in kleine Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und - wenn vorhanden - mit Gemüsefond oder Wasser weichkochen. Nach ca. 30 Minuten ohne der Kochflüssigkeit, dafür aber mit der Butter zu einem feinen Püree verarbeiten. Eventuell durch ein Sieb streichen, um ein glattes Püree zu erhalten.

Mini-Speck-Bohnenbündel:

Jeweils 4 dünne Scheiben vom Tiroler Bauchspeck nebeneinander auf der Arbeitsfläche auslegen. Die gekochten grünen Bohnen straff einwickeln. Die Enden bei Gegebenheit zuschneiden! Rundherum in Butter goldbraun anbraten und in insgesamt 8 Stücke schneiden und bis zur weiteren Verwendung warm stellen!