

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Christian Vogel



Apfelkren im Teigmantel auf Bärlauch-Buchweizen-Risotto

Koch: Martin Stempf

Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Risotto

- 250 g Buchweizen (trocken)
- 250 ml Weißwein
- 100 ml Gemüsesuppe
- 80 g Zwiebel
- 40 g Sonnenblumenöl
- 50 g Butter
- 60 g geriebener Asmonte
- 40 g frischer Bärlauch

Für den Teig und die Äpfel

- 1 Ei
- 130 g Mehl (glatt)
- 180 ml Weißburgunder
- ½ Pipette Bauers Bitter (Magenbitter-Tropfen)
- 1 TL Thymianblätter
- 12 junge Krenblätter
- 1 großer Apfel
- 200 ml Sonnenblumenöl zum Frittieren

Für den Vogerlsalat

- eine Handvoll Vogerlsalat
- Apfelessig
- Sonnenblumenöl
- Salz
- Kristallzucker

Für die Garnitur

- Kürbiskernöl
- ½ Pipette Bauers Bitter (Magenbitter-Tropfen)

Zubereitung

Am Vortag:

Für das Risotto den Buchweizen über Nacht in einem Topf in 750 ml Wasser einweichen.

Am Kochtag:

1. Den Buchweizen in ein Sieb geben, mit frischem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die feingehackte Zwiebel in einer Pfanne in dem Sonnenblumenöl anschwitzen und dann den Buchweizen dazugeben.

2. Den Buchweizen mit dem Weißwein ablöschen, reduzieren lassen und immer wieder mit etwas warmer Gemüsesuppe aufgießen. Das Risotto stark köcheln lassen, bis eine sämige Konsistenz entsteht.

3. Nun das Risotto vom Herd nehmen und die Butter einrühren. Wenn der Buchweizen ein wenig abgekühlt ist, den geriebenen Asmonte dazugeben und das Risotto damit binden. Kurz vor dem Anrichten den in feine Streifen geschnittenen Bärlauch unterrühren.

4. Das Weizenmehl, den Weißburgunder und das Ei in eine Schüssel geben und einen zähflüssigen Teig herstellen. Den Teig mit den Bitter-Tropfen und den gehackten Thymianblättern aromatisieren.

5. Die Krenblätter kurz in einem Topf in heißem Wasser blanchieren, herausnehmen und abkühlen lassen. Den Apfel waschen, vom Kerngehäuse befreien und mit der Schale in dünne Spalten schneiden.

6. Anschließend die Apfelspalten mit den Krenblättern umwickeln und auf einer Seite durch den Wein-Teig ziehen. Die Äpfel nun in einem Topf in heißem Sonnenblumenöl frittieren, bis der Teig goldgelb ist, danach herausnehmen und auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen.

7. Für den Vogerlsalat ein Dressing aus Apfelessig, Sonnenblumenöl, etwas Salz und Kristallzucker zubereiten und den gewaschenen Vogerlsalat damit marinieren.

8. Zum Schluss etwas Bärlauch-Buchweizen-Risotto mittig auf einen flachen Teller geben, ein paar gebackene Apfeln-Tascherl darauflegen und den Vogerlsalat dazugeben. Das Gericht mit Kernöl und Bitter-Tropfen vollenden.