

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Ganslwrap

Koch: Christian Göttfried

Zutaten

(für 4 Personen)

Für den Ganslwrap

- 4 Wraps (Weizentortillas)
- 1 geräucherte Gänsebrust
- 1 rote Zwiebel
- 1 Apfel
- 1 EL Kristallzucker
- Olivenöl zum Anbraten

Für das Blaukraut

- 1 kleiner Kopf Blaukraut
- 2 EL Rotweinessig
- 2 EL Preiselbeeren
- 150 ml Orangensaft
- Saft einer Zitrone
- 1 kleines Stück frischer Ingwer
- 1 EL Staubzucker
- Salz

Für den Dip

- 250 g griechisches Joghurt
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Bund frischer Koriander
- ½ Chilischote (gelb oder rot)
- Abrieb einer ½ Zitrone
- 1 kleines Stück frischer Ingwer
- Salz

Zubereitung

1. Für den Ganslwrap zuerst das Blaukraut in feine Streifen schneiden oder hobeln und mit Salz, Preiselbeeren, Staubzucker, Orangensaft, Zitronensaft, Rotweinessig und in kleine Würfel geschnittenem Ingwer marinieren.
2. Die geräucherte Gänsebrust von der Haut befreien, das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne in etwas Olivenöl und Kristallzucker im Rohr bei 200° C Umluft kurz leicht karamellisieren lassen. In der Zwischenzeit die rote Zwiebel und den geschälten Apfel in feine Scheiben schneiden.
3. Für den Dip das Griechische Joghurt mit gehacktem Koriander, in feine Ringe geschnittener Chilischote, in kleine Würfel geschnittenem Knoblauch und Ingwer sowie etwas Zitronenabrieb und Salz abschmecken.
4. Nun einen Weizentortilla mit dem marinierten Kraut, etwas Joghurt-Dip, der geräucherten, karamellisierten Gänsebrust sowie den Apfel- und Zwiebelscheiben belegen und zu einem Wrap rollen. Den Wrap auf der offenen Seite in einer Pfanne in etwas Pflanzenöl anbraten, wenden und herausnehmen.
5. Zum Schluss den Ganslwrap halbieren und mit dem restlichen Joghurt-Dip auf einem flachen Teller anrichten.