

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Im Ganzen gegrilltes Spitzkraut mit Kräutertopfen, Radieschen & Dinkel-Couscous

Koch: Peter Müller

Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Kraut

- 1 großes Spitzkraut
- 1 feuerfeste Form
- grobes Meersalz

Für den Couscous

- 250 g Dinkel-Couscous
- 250 ml kochendes Wasser
- 2-3 EL Olivenöl
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Schnittlauch
- ½ Sellerieknolle
- 3 Karotten
- Salz
- Pfeffer

Für den Kräutertopfen

- 500 g Topfen
- 2 EL Creme Fraîche
- ½ Bund Petersilie
- ½ Bund Schnittlauch
- optional: weitere Kräuter nach Geschmack (Estragon, Kerbel, Thymian)
- Abrieb & Saft einer Bio-Zitrone
- Salz
- Pfeffer

Für die Garnitur

- 500 g Radieschen

Zubereitung

1. Für das gegrillte Spitzkraut das Kraut zuerst von allen Seiten mit einer Gabel einstechen, in eine feuerfeste Form setzen und bei 180° C Umluft etwa 80 Minuten im Ganzen im Rohr garen (die äußeren Blätter werden dabei verbrennen). Im Idealfall bei Dampfhitze garen – ansonsten eine Schüssel mit Wasser unten ins Rohr stellen.

2. Für den Kräutertopfen alle Kräuter feinhacken und gemeinsam mit dem Topfen und der Creme Fraîche sowie dem Zitronenabrieb in einer Schüssel vermengen. Den Topfen mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Für den Dinkel-Couscous den Couscous in eine Schüssel geben, das kochende Wasser dazugeben und etwa 15 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Währenddessen den Sellerie und die Karotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Petersilie hacken und den Schnittlauch feinschneiden. Dann das Olivenöl, die Kräuter und die rohen Gemüswürfel in den fertigen Couscous einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Das Spitzkraut aus dem Rohr nehmen, die verkohlten Blätter abschälen und das Kraut der Länge nach vierteln. Bei Bedarf auf den Schnittstellen kurz nachbraten. Dann mit grobem Meersalz würzen.

5. Zum Schluss für die Garnitur die Radieschen vierteln. Dann den Dinkel-Couscous auf einem flachen Teller anrichten, je ein Stück vom Spitzkraut darauflegen und den Kräutertopfen dazugeben. Das Gericht mit den knackigen Radieschen garnieren.