

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Hokkaido-Salat mit Kräutertopfenockerl

Koch: Peter Müller

Zutaten

(für 4 Personen)

Für den Salat

- 1 großer Hokkaido-Kürbis
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund Petersilie (alternativ: Kerbel)
- 3 EL schwarzer Sesam

Für das Dressing

- 6 EL Distelöl
- 4 EL Reissessig
- 2 TL Dijon-Senf
- nicht jodiertes Meersalz
- weißer Pfeffer
- optional: etwas Ahornsirup

Für die Kräutertopfenockerl

- 250 g Topfen
- 1 Ei

- 2 EL weiche Salzbutter
- 70 g Hartweizengrieß
- 2 EL Vollkornbrösel
- ½ EL geriebener Parmesan
- 1 Thymianzweig
- ½ Bund Petersilie
- eine Handvoll Basilikum
- Abrieb einer ½ Zitrone
- grobes Meersalz
- weißer Pfeffer
- geriebene Muskatnuss

Für die Garnitur

- Jungzwiebelringe

Zubereitung

1. Für den Hokkaido-Salat den Kürbis waschen, aushöhlen und ungeschält zu groben Raspeln hobeln. Den Schnittlauch und die Petersilie feinhacken und gemeinsam mit dem schwarzen Sesam zum Kürbis geben.

2. Für den Kürbis ein Dressing aus Distelöl, Reisessig, Dijon-Senf, einer Prise Meersalz, etwas weißem Pfeffer und je nach Geschmack ein wenig Ahornsirup herstellen. Hierfür alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab feinmixen. Anschließend die Kürbis-Raspel damit marinieren.

3. Für die Kräutertopfennockerl den Topfen, das Ei, die weiche Salzbutter, den Hartweizengrieß, die Vollkornbrösel, den geriebenen Parmesan, den gerebelten Thymian, die gehackte Petersilie, das feingeschnittene Basilikum, den Zitronenabrieb sowie etwas Salz, Pfeffer und geriebene Muskatnuss in eine Schüssel geben, alles gut miteinander vermengen und den Topfenteig danach eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

4. Nach der Ruhezeit den Topfenteig aus dem Kühlschrank nehmen und mithilfe zweier Esslöffel gleichgroße Nockerl daraus formen. Diese in einem Topf in gesalzenem Wasser bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten köcheln lassen. Im Anschluss die Nockerl mit einem Siebschöpfer herausnehmen.

5. Zum Schluss den Hokkaido-Salat in einem tiefen Teller anrichten und 3-4 Kräutertopfennockerl darauf geben. Das Gericht mit feinen Jungzwiebelringen garnieren.

Tipp: Die Kräutertopfennockerl schmecken auch in Butterschmalz geschwenkt hervorragend!