

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

Fotocredit: Simeon Baker



Kräuterpalatschinken mit Gemüse und Ziegenkäse

Köchin: Dani Sternad

Zutaten

(4 Personen)

Für die Palatschinken

- 200 ml Milch
- 2 EL braune Butter
- 4 Eier
- 120 g Dinkelmehl
- ein Schuss Mineralwasser
- Salz
- 1 EL Kräuter-Pesto (je nach Geschmack z.B. aus mit etwas Olivenöl gemixten Kräutern wie Brunnenkresse, Petersilie, Basilikum oder Zitronenmelisse)
- Butter zum Anbraten

Für die Fülle

- 1 Schalotte
- 1 Chioggia Rübe
- 1 Mairübe
- 1 Karotte
- 1 Tomate
- ½ Chilischote

Quelle: ORF extra

- ½ Zucchini samt Blüte
- Olivenöl zum Anbraten
- ein Schuss Weißwein
- eine Handvoll Giersch
- 1 Gemüsemalve
- 1 Blatt Federkohl
- 100 g Ziegenkäse

Für den Salat

- 2 Handvoll Blattsalate
- 8 Radieschen

Für das Apfel-Senf-Dressing

- 60 ml Sonnenblumenöl
- 60 ml Wasser
- 30 ml Apfelessig
- 2 TL Apfelsaft (oder Honig)
- 2 TL körniger Senf
- Salz
- Pfeffer

Für die Garnitur

- Leimkraut
- essbare Blüten
- 8 dünne Scheiben Rattenschwanz-Radi
- 4 Scheiben Ochsenherztomaten
- frischer Schnittlauch

Zubereitung

1. Für den Palatschinken-Teig zuerst die Milch mit der braunen Butter vermengen. Dann die Eier kräftig aufschlagen und nach und nach unterrühren. Einen Schuss Mineralwasser dazugeben, das Dinkelmehl mit einem Schneebesen einrühren, das Pesto nach Belieben hinzufügen, salzen und den Teig glattrühren.

2. Nun etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und den Teig portionsweise einfüllen. Die Palatschinken beidseitig ausbacken und anschließend herausnehmen.

3. Für die Fülle der Palatschinken die Schalotte, die Chioggia Rübe, die Mairübe, die Karotte, die Tomate, die Chilischote und die Zucchini in feine Streifen schneiden. Zuerst die Schalotten in einer großen Pfanne in Olivenöl anbraten und dann die anderen Gemüsesorten sowie die Zucchini-Blüte nach und nach dazugeben.

4. Nun mit dem Weißwein ablöschen und danach die feingeschnittenen Blätter vom Giersch, der Gemüsemalve und dem Federkohl beimengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Für den Salat ein Apfel-Senf-Dressing zubereiten. Hierfür das Sonnenblumenöl mit dem Wasser, dem Apfelessig, dem Apfelsaft, dem Senf, etwas Salz und Pfeffer in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab mixen. Die gewaschenen Blattsalate in Schüsseln füllen, mit den geviertelten Radieschen garnieren und mit dem Dressing marinieren.

6. Die Palatschinken auf flache Teller legen, je mit dem angebratenen Gemüse füllen und den Ziegenkäse darüber bröseln. Zuklappen und mit dem Leimkraut, den essbaren Blüten, den Rattenschwanz-Radi- Scheiben sowie den Ochsenherztomaten-Scheiben und frischem Schnittlauch garnieren. Die Palatschinken gemeinsam mit dem Apfel-Senf-Dressing-Salat servieren und genießen.