

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

Fotocredit: Simeon Baker



Gastkoch: Christoph Krauli Held

Rotkraut Babyspinatsalat mit Burrata und Walnusskrokant

Zutaten

(4 Personen)

Für den Salat

- 1 Häupel Rotkraut
- 1 rote Zwiebel
- Baby-Blattspinat
- ein Schuss Rotweinessig
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Walnussöl
- 2-3 EL Rotkrautzucker
- 1 Orange (Saft und Zeste)
- 1 Zitrone (Abrieb und Saft)
- eine Prise Salz
- Senf
- eine Prise Gewürzmischung Quatre Epices (aus Muskatnuss, Pfeffer und Nelken)

Für den Rotkrautzucker

- 100 g Rotkraut
- 100 g Kristallzucker

Für das Walnusskrokant

- 3 EL Zucker
- 30 g Butter
- eine Handvoll Rauchmandeln
- eine Handvoll Walnüsse

Für die Garnitur

- etwas gezupfte frische Petersilie
- 4 Stück Burrata

Zubereitung

1. Für den Rotkrautsalat zuerst das Rotkraut in feine Streifen schneiden und in eine Schüssel geben. Dann den Blattspinat und eine fein geschnittene rote Zwiebel zufügen.

2. Für das Walnusskrokant die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, die Walnüsse und die Rauchmandeln hineingeben und mit dem Zucker bernsteinfarben karamellisieren lassen.

Tipp: Für selbstgemachten Rotkrautzucker das Rotkraut ganz fein hacken und mit dem Kristallzucker zu gleichen Teilen vermengen. Anschließend die Mischung über 20 Stunden bei 50° C Umluft im Rohr trocknen lassen und danach fein mörsern.

3. Nun das Kraut, den Spinat und die Zwiebel mit Rotkrautzucker, Olivenöl, Rotweinessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas abgeriebene Zitronenschale und Orangenzesten (mit einem Zestenreißer abreißen) sowie Zitronen- und Orangensaft hinzufügen. Alles miteinander vermengen und mit der Gewürzmischung Quatre Epices würzen.

4. Die karamellisierten Nüsse in einem Mörser zu Krokant zerstampfen.

5. Zum Schluss den Salat auf einem flachen Teller anrichten. Dann je Teller eine Burrata daraufsetzen, mit Walnusskrokant bestreuen und mit einigen Blättern Petersilie garnieren.