

FRÜHLINGSSALAT

Salatherz gebraten • Spargel • Erdbeere • Schaffrischkäsepraline •
SCHARBOCKSKRAUT (ranunculus ficaria)

HOLUNDERBLÜTEN-PICKELSUD

- 100 ml Holunderblütensirup ersatzweise heller Fruchtsirup
- 100 ml Apfelessig
- 100 ml Wasser
- Salz und Pfeffer

Alle Zutaten mit dem Stabmixer fein mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

SALATHERZ

- 2 Salatherzen
- Holunderblütendressing
- 4 Eiswürfel

Salatherzen mit dem Holunderblüten-Pickelsud und Eiswürfeln in einen Vakuumbbeutel geben und zweimal vakuumieren. Danach aus dem Beutel geben, trocken tupfen und bis zum Anrichten zugedeckt kaltstellen.

PRALINE

- 120 g Schaffrischkäserolle ersatzweise Bällchen
- 2 Stück getrocknete Tomaten, in Stücke geschnitten - ersatzweise kleine Kirschtomaten
- 50 g Mehl
- 2 Eier
- 100 g grüne Brösel
- Butterschmalz zum Backen

Schaffrischkäserolle in 1 cm dünne Scheiben schneiden, mit Tomatenstücke füllen und in kleine Kugeln formen.

Die Kugeln kurz anfrieren lassen und in Mehl, Ei und grünen Brösel doppelt panieren. Anschließend im heißen Butterschmalz schwimmend goldgelb backen und etwas trocken tupfen.

KAVIAR VOM SCHARBOCKSKRAUT

- 25 g Scharbockskraut ersatzweise Liebstöckel
- 1 Msp. Natron (dadurch bleibt die Farbe erhalten)
- 1000 ml Wasser
- 30 g Grüne Tapiokaperlen (Pandan)
- Salz

Kraut mit Natron und Wasser fein mixen, danach das Wasser durch ein Haarsieb in eine Stiel-Kasserole abseihen, zum Kochen bringen und Tapiokaperlen beifügen.

Tapiokaperlen weichkochen und dabei nicht vergessen umzurühren, damit die Perlen nicht am Boden ankleben. Der Kräuterkaviar ist fertig, wenn die Perlen klar sind und aneinanderkleben. Die Perlen abseihen und die Hälfte mit kaltem Wasser kurz abspülen. Danach die Perlen wieder zusammengeben und mit Salz abschmecken, bis zum Gebrauch kühl lagern.

WILDKRÄUTERMAYO

- 200 ml Wildkräuteröl ersatzweise grünes Öl (siehe Schatzkammer)
 - 2 Eidotter
 - 1 EL Zitronensaft
 - 1 EL Apfelessig
 - 1 Msp. Staubzucker
 - 50 g Sauerrahm
 - Salz
 - frisch gemahlener Pfeffer
1. Alle Zutaten, außer Sauerrahm, in ein schmales, hohes Gefäß geben (ist meistens beim Pürierstab dabei). Pürierstab hineinstellen, einschalten und das Schnittlauch-Öl nach und nach ganz langsam in einem schwachen Strahl eingießen.
 2. Nun den Pürierstab auf die schnellste Stufe schalten und langsam nach oben ziehen.
 3. Sauerrahm und restlichen Schnittlauch unterziehen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kaltstellen.

ANRICHTEN

- 4 Stangen geschälter grüner Spargel, blanchiert und in Eiswasser abgeschreckt
- 2 Salatherzen, der Länge nach halbiert
- Butter zum Braten
- Salz und Pfeffer
- 8 kleine Erdbeeren, in Spalten geschnitten
- 2 Stangen fermentierter Spargel (siehe Schatzkammer)
- ersatzweise geschälter weißer Spargel, der Länge nach geschält
- 8 Scharbockskrautblüten ersatzweise Bärlauchblüten oder essbare Wiesenblüten
- 2 Handvoll Scharbockskrautblätter ersatzweise junge Bärlauchblätter oder Brunnenkresse
- 2 EL Kräutermayo (siehe Schatzkammer)

4 Stangen Spargel und Salatherzhälften in einer Pfanne mit Butter auf beiden Seiten kurz und scharf anbraten und kräftig würzen.

Danach je ein Salatherz in die Mitte des Tellers setzen und mit dem Holunderblüten-Dressing beträufeln. Spargel in 3 gleichgroße Stücke schneiden, auf das Teller setzen und mit Hilfe der Kräutermayo die frisch gebackenen Ziegenfrischkäsepralinen daraufsetzen. Erdbeeren, Scharbockskraut, Spargelstreifen und Blüten marinieren, danach auf dem Teller verteilen. Mit Kräuteröl beträufeln und wertvoll genießen.

Rezept aus dem Kochbuch „Kräuterreich“ von Vitus Winkler.