

Herbstlicher Hochgenuss

Jetzt ist wieder Zeit für Schwarzwurzeln – die man ja auch „Winterspargel“ oder „Spargel des kleinen Mannes“ nennt. Das Gemüse ist wegen seiner Eigenschaft, die Hände beim Schälen zu verfärben, bei vielen gefürchtet. Aber keine Angst! Bei meinem Rezept werden sie nicht geschält. Das hat noch einen weiteren Vorteil: Unter der Schale sitzen Bitterstoffe, die sehr gesund sind und zudem wunderbar mit der Süße der Schalotten sowie der Orange harmonieren. Und so geht's:

So fein sieht das Gericht aus Fotos:

Bachmeier, Leiprecht



Salat von geschmorten Schwarzwurzeln, Orangen und Schalotten mit geräucherter Entenbrust

Zutaten für 2 Personen

- 50 g Butter
- 200 g Schwarzwurzeln
- 100 ml Wasser
- 2 geschälte Schalotten, der Länge nach geviertelt
- 1/2 TL Zucker
- 1 EL Apfelessig
- 1 EL geriebene Haselnüsse oder Walnüsse
- 1 TL Walnussöl
- 2 EL Olivenöl
- 1 Zweig Estragon
- 1 Bio-Orange
- Salz, Zucker und Pfeffer aus der Mühle zum Abschmecken
- 1 geräucherte Entenbrust

Unter fließendem Wasser bürste ich die Schwarzwurzeln so sauber, dass keine Erde mehr am Gemüse ist. Ich schneide die Enden ab und halbiere die Stangen. In einer mittelgroßen Pfanne lasse ich die Butter aufschäumen und brate die Schwarzwurzeln darin an. Nach zwei bis drei Minuten gebe ich die Schalotten dazu, lasse alles mit dem Zucker karamellisieren und lösche mit 100 ml Wasser ab. Die Stangen schmoren etwa 15 Minuten, bevor ich sie im Sud etwas abkühlen lasse. Ich nehme die noch warmen Schwarzwurzeln heraus, schneide sie in etwa drei bis fünf Zentimeter lange Stücke und gebe sie wieder zurück in den Sud.

Nun gebe ich Oliven- und Walnussöl sowie den Apfelessig zum Gemüse und würze mit Salz, wenig Zucker sowie Pfeffer aus der Mühle, bevor ich mit einer feinen Reibe etwa die Hälfte der Orangenschale abreibe und ebenfalls zum Gemüse gebe. Anschließend schäle ich die Orange, schneide die Filets heraus und gebe sie zu den Schwarzwurzeln, ebenso die gezupften Estragonblätter. Jetzt bin ich schon auf der Zielgeraden und schiebe die Entenbrust ein paar Minuten bei etwa 100 Grad ins Backrohr, um sie leicht zu erwärmen. Dann schneide ich sie in feine Scheiben, richte sie auf dem Salat an. Ich streue noch die Nüsse darüber – und serviere es den Gästen.

An Guadn wünscht Ihr



Haus-Jörg Bachmeier

Extra-Tipp:

Wichtig ist, dass das Gemüse warm mariniert wird. Dadurch wird der Geschmack intensiver und runder.