

SMOKED POWER SALAT



Episode 062 Smoked Power Salat / Flavorites – Jeden Mittwoch um 18.00 Uhr auf ProSieben Schweiz

Rezept für 2 Personen

CHIPS

2 Scheiben Parmaschinken
3 dünne Scheiben Vollkornbrot
etwas Meersalz
1 EL Olivenöl

1. Parmaschinken und Brotscheiben auf ein Blech mit Backpapier legen.

2. Brot etwas mit Olivenöl beträufeln und eine Prise Meersalz drüber streuen. Das Ganze bei 170 Grad zirka 15 Minuten knusprig werden lassen.

RANDENCARPACCIO

10-15 dünne Scheiben einer Rande
2 Handvoll Heu

1. Rande in hauchdünne Scheiben schneiden und in ein Metallsieb gut verteilen.

2. Heu in eine dickwandigen und hohen Kopftopf locker reinstreuen. Alufolie als Deckel formen und bereit halten.

3. Sieb mit der Rande über den Topf legen und Heu anzünden. Mit Alufolie zudecken und das Feuer ersticken. Wer es ganz rauchig mag, kann den Vorgang wiederholen.

ROSENKOHL SALAT

ca. 10 Rosenkohl
1 Handvoll Mandelscheiben
1 Chilischote
1/2 kleine Zwiebel
2-3 EL Olivenöl Extra Vergine
100g Pecorino
1 Burrata

1. Die Blätter des Rosenkohls zupfen.

2. Eine Handvoll Mandelscheiben ohne Fett in der Pfanne rösten und danach auf einem Teller abkühlen lassen.

3. Chli in kleine Streifen und Zwiebel in feine Ringe schneiden.

4. Rosenkohlblätter mit dem Dressing kräftig marinieren und einige Minuten stehen lassen. Allenfalls noch Olivenöl dazu geben.

5. Zwiebelringe und Chili dazugeben und verrühren und ziehen lassen.

6. Pecorinokäse fein reiben und mit den gerösteten Mandeln zum Salat geben und mischen.

7. Zum Schluss Randen auf einem Teller verteilen und mit dem Rosenkohlsalat überhäufen. Die Kugel Burrata obendrauf mit Olivenöl beträufeln und alles mit Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken.

DRESSING

Saft 1/2 Zitrone
Saft 1/2 Grapefruit
1 EL Zesten der Grapefruit
1 Knoblauchzehe
4-5 EL Olivenöl Extra Vergine
etwas Salz
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle und frische Kräuter

1. Saft einer halben Zitrone und einer halben Grapefruit auspressen.

2. Ein wenig Zeste der Grapefruit, eine kleingehackte Knoblauchzehe und Olivenöl dazugeben und mischen.

3. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Selber räuchern ist eine riesen Show, aber man sollte die Sicherheit nicht vernachlässigen. Unbedingt ein Kochtopf mit einer hohen Wand nehmen und die Alufolie bereit halten. Damit die Küche nicht zum Alphüttli wird: Die Fenster schon vorher öffnen. Der wahnsinnige Geschmack der Rande danach belohnt einem aber so richtig!

Dieses Rezept stammt aus
Flavorites von René Schudel

Flavorites.com