

Ziegenfrischkäse mit Lindenhonig gratiniert auf Kräutersalat (Holger Stromberg)

Zutaten für 4 Personen:

Für die Pfeffer-Vinaigrette:

- 1 EL rosa Pfefferkörner, getrocknet
- 2 EL Olivenöl
- 10 Blatt frisches Basilikum
- 60 ml Geflügelfond (aus dem Glas)
- ½ EL Balsamicoessig
- 2 TL Lindenhonig
- 1 Prise Meersalz

Für den Salat:

- 1 kleines Bund Brunnenkresse
- 1 kleines Bund glatte Petersilie
- 1 kleines Bund Basilikum
- 1 kleines Bund Kerbel
- etwas frischer Estragon
- 200 g Blattsalatmix der Saison

Außerdem:

- 150 g Ziegenfrischkäserolle
- 2 EL Lindenhonig (alternativ Lavendelhonig)

ZUBEREITUNG:

1. Für die Vinaigrette die rosa Pfefferbeeren in einem grobem Drahtsieb zerreiben, sodass die Schale herausrieselt. Die Schalen auffangen, die Körner werden nicht verwendet, da sie ein zu dominantes Aroma haben. 1 TL Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Basilikumblätter darin frittieren und anschließend klein hacken (durch das Frittieren behält der Basilikum in der Vinaigrette seine grüne Farbe und er wird etwas nussiger).
2. Übriges Olivenöl mit Geflügelfond, Essig und Honig in einer großen Schüssel verrühren. Mit Salz und den Pfefferschale abschmecken. Basilikum unterrühren.
3. Für den Salat alle Kräuter kalt abbrausen und trockenschütteln. Die Blätter abzupfen und größere Blätter klein schneiden. Salatmix verlesen, abbrausen und trocken schleudern.
4. Ziegenfrischkäse in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Honig bestreichen. Unter dem vorgeheizten Grill den Käse karamellisieren lassen, bis er eine hellbraune Farbe hat.
5. Kräuter und Salat in eine Schüssel mit der Vinaigrette geben und behutsam mischen. Salat auf Teller geben und den Ziegenkäse darauf setzen.

Zubereitungszeit ca. 35 Minuten

Pro Portion ca.

Kalorien: 176

Joule: 735

Protein: 7,2 g

Fett: 11,7 g

Kohlenhydrate: 10 g

Tipps

- Die oben angeführten handelsüblichen Kräuter können Sie durch einen Strauß gemischte Wildkräuter (z.B.: Borretsch, Franzosenkraut, Gelbsef, Löwenzahn, Pimpinelle, Taubnessel, Wiesenkerbel) ersetzen. Wer sich damit auskennt, sammelt die Kräuter am Wegesrand.
- Den Salat können Sie zusätzlich mit gerösteten Pinienkernen, kleingehackten getrockneten Früchten (z.B. Aprikose, Birne) oder Brotcroûtons bestreuen.