

SONNTAGS BRATEN

Chicorée-Salat mit Filets von Orangen mit Pfifferlingen

Zubereitungszeit: etwa 30 Minuten
Rezept für vier Personen

Zutaten:

Salat:

- 8 Chicorées
- 4 Grapefruits
- 4 Orangen
- 1 Bund Schnittlauch

Joghurtsauce:

- 300 ml Joghurt
- Salz, Pfeffer, Akazienhonig

Pfifferlinge:

- 800 g frische Pfifferlinge
- 2 Schalotten
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Orangen und Grapefruits mit einem Messer bis zum Beginn des Fruchtfleisches schälen. Die Filets mit einem kleinen Messer auslösen. Den Saft von den Früchten auffangen. Der Chicorée wird in etwa zwei Zentimeter dicke Scheiben geschnitten und der Strunk aussortiert.

Den Saft mit dem Joghurt verrühren, dann mit dem Salz, Pfeffer und Akazienhonig abschmecken. Der Schnittlauch wird fein geschnitten und anschließend mit den Filets und den Chicorée-Stücken vermischt.

Die Schalotten werden in kleine Würfel geschnitten und mit etwas Öl angeschwitzt. Man gibt dann die geputzten Pfifferlinge dazu, schmeckt mit Salz und Pfeffer ab und lässt sie braten.

Den Salat mit der Joghurtsauce anmachen (eventuell noch etwas abschmecken), auf den Teller hoch anrichten und die gebratenen Pfifferlinge rundherum verteilen.



Ralf Opitz ist Sous-Chef im El Mundo in der Übersee-stadt. Er teilt sich diese Kolumne mit weiteren Bremer Köchen.

FOTO: KLAMA

Kurier am Sonntag vom 27. Juli 2014

Weser-Kurier