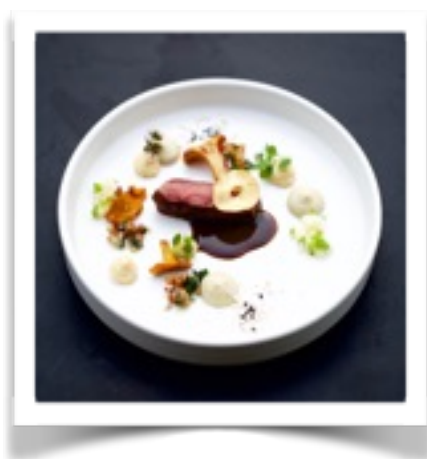


Taubenbrust

Rezept von Torsten Kluske - www.besserbissen.de



Rezept für 4 Personen als Vorspeise

Taubenbrust mit Rotwein-Jus

4 Tauben - küchenfertig

Die Taubenbrust von der Haut befreien und salzen. Das Fleisch nebeneinander in einen Vakuumierbeutel geben und vakuumieren.

Alternative ohne Vakuumiergerät:

Das Fleisch in einen Gefrier- oder Zippbeutel geben und diesen langsam in einen Topf mit Wasser gleiten lassen. Dabei wird die Luft durch den Wasserdruck aus dem Beutel gepresst. Wenn das Fleisch im Beutel vollständig unter Wasser liegt, den Beutel dicht verschließen. Es darf kein Wasser in den Beutel gelangen.

Die Taubenbrüste 30 min. bei 55 °C garen.

Für die Sauce die Taubenkarkassen und Keulen in einer Pfanne anrösten. Mit 300 ml Rotwein (nicht zu trocken) ablöschen und fast komplett verkochen. Etwa 200 ml Wasser zugeben und weiter einkochen. Durch ein Sieb gießen und mit Balsamico-Essig und Soja-Sauce abschmecken. Mit 30 g kalter Butter die stark reduzierte Sauce binden. Dabei darf die Sauce nicht mehr kochen.

Birne mit Petersilienstängel

1 feste Birne
4 Stängel Petersilie (von der Speck-Gremolata)
1 Zitrone

Die Zitrone halbieren und eine Hälfte in ein Schälchen auspressen. Die Petersilienstängel in sehr feine Röllchen schneiden. Die Birne schälen, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Birne und Petersilie in den Zitronensaft geben und mit Salz abschmecken.

Taubenbrust

Rezept von Torsten Kluske - www.besserbissen.de

Pfifferlinge mit Speck-Gremolata

100 g frische Pfifferlinge
2 Scheib. Bacon - dünn geschnitten
1 kl. Zwiebel
1 Knoblauchzehe
4 Stängel Petersilie
1 EL Butter
1 Zitrone

Den Bacon fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, von der Wurzel befreien und sehr fein würfeln. Alles in einer Pfanne bei mittlerer Hitze in der Butter anrösten.

Die Pfifferlinge säubern und mundgerecht portionieren und in die Pfanne geben. Wenn die Pilze etwas Farbe bekommen haben, die Pfanne vom Herd nehmen. Die Petersilienblätter abzupfen (die Stängel aufheben), fein schneiden und zu den Pilzen geben. Mit einem Spritzer Zitronensaft und mit frischem Pfeffer und ggf. Salz abschmecken.

Kichererbsenpüree mit Ras el hanout

100 g Kichererbsen aus der Dose
2 EL Creme Fraiche
1 MSP Ras el hanout

Die Kichererbsen unter fließendem Wasser abspülen und zusammen mit den anderen Zutaten in einen Pürierbecher sehr fein mixen. Durch ein Sieb streichen und mit Salz und abschmecken.

Auberginenpüree

1 Aubergine
4 EL Joghurt
Spritzer Zitronensaft

Die Aubergine mit einer Gabel ringsherum anstechen. Im Backofen bei 160 °C ca. 45 min. garen, bis sie sehr weich ist. Dann halbieren und mit einem Löffel das Fruchtfleisch herauskratzen. In einen Mixbecher füllen und fein pürieren. Mit Joghurt, Zitronensaft und Salz abschmecken.

Frittierter Knoblauch-Chip

Den Knoblauch abziehen und in sehr feine Scheiben schneiden oder hobeln. In einen kleinen Topf bei mittlerer Hitze (ca. 160 °C) etwa 1 cm hoch Rapsöl füllen. Wenn das Öl auf Temperatur ist, den Knoblauch kurz frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Er sollte nicht zu braun werden, sonst schmeckt er bitter.

Mit gepufftem Amaranth (kann man fertig kaufen) und schwarzem Sesam ergänzen. Zum Schluss einige Oreganoblüten zufügen.