

Ziegen-Frischkäse-Küchlein mit Tomaten-Kumquat-Linsen

Für zwei Personen

Für das Küchlein:

$\frac{1}{2}$ Zitrone	75 g Ziegenfrischkäse	50 g Quark, 40 %
1 Ei	20 g Mehl	$\frac{1}{2}$ TL Backpulver
1 EL brauner Zucker	$\frac{1}{2}$ Bund Oregano	Butter
Salz	Pfeffer	

Für die Linsen:

100 g Rote Linsen	100 g Cherrytomaten	1 Zehe Knoblauch
20 g Ingwer	4 Kumquats	1 Zitrone
250 ml Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 Lorbeerblatt
$\frac{1}{2}$ TL Kurkumapulver	$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel	3 EL Sonnenblumenöl
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Avocado-Creme:

50 g Brunnenkresse	$\frac{1}{2}$ grüne Chilischote	1 reife Avocado
1 Limette	20 g Crème-fraîche	$\frac{1}{2}$ EL Bindemittel
1 Prise Kardamompulver	1 Prise Zucker	Salz

Für die Garnitur:

20 g Brunnenkresse	1 EL Cashew-Kerne	2 EL Haselnuss-Öl
--------------------	-------------------	-------------------

Für die Ziegenfrischkäse-Oregano-Küchlein Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Für die Ziegenfrischkäse-Oregano-Küchlein Oregano abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Muffinformen buttern. Zitrone abbrausen, abtrocknen, Schale abreiben. Saft einer halben Zitrone auspressen. Ziegenfrischkäse, Zitronenabrieb und -saft, Quark, Ei, Mehl, Backpulver, braunen Zucker und Oregano zu einem Teig vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Teig in gebutterte Muffinformen geben und 7 Minuten backen.

Für die Tomaten-Kumquat-Linsen rote Linsen mit einem Lorbeerblatt in Gemüsefond zugedeckt bei mittlerer Hitze 10-12 Min. köcheln lassen, bis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen ist und die Linsen gar sind. Lorbeerblatt entfernen. Ingwer schälen und fein reiben. Knoblauch abziehen und pressen. Ingwer und Knoblauch mit Kurkuma und Kreuzkümmel in 2 EL Öl anrösten, durchsieben und Öl auffangen. Tomaten und Kumquats waschen, trockenreiben und klein schneiden. Mit Zucker in 1 EL Öl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Zitrone auspressen. Linsen mit Würzöl, Tomaten-Kumquat-Mischung und Petersilie vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Zitronensaft abschmecken.

Für die Avocado-Creme Brunnenkresse abbrausen und trockenwedeln. Chilischote waschen, Kerngehäuse entfernen und klein schneiden. Limette halbieren und Saft auspressen. Avocado schälen, Kern entfernen und Fruchtfleisch mit Brunnenkresse, Chili, Limettensaft, Crème fraîche, Bindemittel, Kardamom, Zucker und Salz zu einer geschmeidigen Masse pürieren. In eine Dosier-Flasche füllen.

Für die Garnitur Cashew-Kerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Brunnenkresse abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen.

Ziegenfrischkäse-Oregano-Küchlein mit Tomaten-Kumquat-Linsen und Avocado-Creme auf Tellern anrichten, mit Haselnuss-Öl, Cashew-Kernen und Brunnenkresse garnieren und servieren.

Tamara Frey am 02. Juni 2016