

Ziegen-Frischkäse im Zucchini-Mantel auf Salat

Für 2 Personen

2 Ziegen-Frischkäse	1 Zucchini	2 Tomaten
1 Schalotte	100 g Feldsalat	1 Radicchio
1 Bund Rucolasalat	1 Chicorée	1 Zehe Knoblauch
4 EL Kürbiskerne	4 EL Sesamsamen	4 EL Sonnenblumenkerne
1 TL Dijon-Senf	2 EL Honig	3 EL Joghurt
0,25 Bund Basilikum	0,25 Bund Schnittlauch	1 Lorbeerblatt
100 ml Balsamico-Essig	50 ml Apfelsaft	3 EL Haselnussöl
Zucker	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Von der Zucchini die Enden entfernen und der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchini darin kurz anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und auf Küchentrepp legen. Die Schalotte abziehen und klein hacken. Die Tomaten mit heißem Wasser übergießen, die Haut abziehen, den Strunk entfernen und in kleine Würfel schneiden. Vom Basilikum die Blätter zupfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte darin andünsten. Die Tomaten, den Basilikum und die Hälfte vom Lorbeerblatt dazu geben und aufkochen lassen. Den Apfelsaft und 50 Milliliter Balsamico-Essig in einen Topf geben und zu einer sirupartigen Konsistenz reduzieren. Den Schnittlauch mit heißem Wasser übergießen. Den Ziegen-Frischkäse in Würfel schneiden, um die Würfel die Zucchinischeiben wickeln und mit den Schnittlauchhalmen zusammen binden. Auf Tellern die Tomatensoße geben, darauf den Ziegen-Frischkäse im Zucchinimantel geben und in den Ofen stellen. Den Feldsalat putzen. Vom Chicorée und dem Radicchio die Blätter vom Herz entfernen und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Salate vermengen, waschen und trocken schleudern. Den Knoblauch abziehen und die Hälfte klein hacken. Drei Esslöffel Olivenöl, das Haselnussöl, den Senf, den Honig, zwei Esslöffel Balsamico-Essig, den kleingehackten Knoblauch und dem Joghurt miteinander vermengen und mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Die Vinaigrette über den Salat geben und vermengen. Die Kürbiskerne, die Sonnenblumenkerne, die Sesamsamen in einer Pfanne anrösten und über den Salat geben. Den Salat anrichten. Den Ziegen-Frischkäse im Zucchinimantel aus dem Ofen holen und mit dem Balsamico-Apfel-Sirup beträufeln und alles servieren.

Stefan Gröger am 10. August 2010