

Wachtel-Brust, Blumenkohl-Püree, Blumenkohl-Möhren-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Taubenbrust:

| | | |
|------------------------|------------------|---------------|
| 4 ausgel. Taubenbrüste | 2 Knoblauchzehen | 100 g Butter |
| 3 Zweige Thymian | 1 Zweig Rosmarin | Salz, Pfeffer |

Für das Blumenkohl-püree:

| | | |
|--------------------------|-----------------------|---------------|
| $\frac{1}{2}$ Blumenkohl | 2 mehligk. Kartoffeln | 100 ml Sahne |
| 150 g Butter | Muskatnuss | Salz, Pfeffer |

Für das Blumenkohl-Möhren-Gemüse:

| | | |
|--------------------------|----------------------|----------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Blumenkohl | 6 Stück Fingermöhren | 1 Schalotte |
| 50 g Bacon | 50 g Butter | 4 Zweige glatte Petersilie |
| 1 Msp Currypulver | Salz | Pfeffer |

Für die Holunder-Rotwein-Sauce:

| | | |
|------------------------------|---------------------|----------------|
| 30 g schwarze Johannisbeeren | 100 ml Holundersaft | 1 Zitrone |
| 100 g kalte Butter | 100 ml Gemüesfond | 100 ml Rotwein |
| 1 Zweige Rosmarin | 3 Zweige Thymian | brauner Zucker |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Garnitur:

| | | |
|---------------|------------------------|-------------------|
| 1 Beet Kresse | 1 Beet Rotkohlsprossen | Öl, Salz, Pfeffer |
|---------------|------------------------|-------------------|

Für die Taubenbrust: Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Taubenbrust waschen, trockentupfen und mit Salz würzen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Taube in einer Pfanne mit Butter anbraten. Nach einer Minute wenden und mit Pfeffer, Knoblauch und Kräutern würzen. Für 10 Minuten und den Ofen geben.

Für das Blumenkohl-püree: Blumenkohl waschen und kleinschneiden. Kartoffeln schälen und fein würfeln. In einem Topf mit kochendem Salzwasser weich kochen.

Abgießen und mit Sahne und Butter pürieren. Muskatnuss reiben. Püree mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Für das Blumenkohl-Möhren-Gemüse: Blumenkohl waschen und Röschen voneinander trennen. Möhren waschen und ggf. schälen. Beides in einem Topf mit kochendem Salzwasser 6 Minuten kochen. Schalotte abziehen und fein würfeln.

Bacon auch fein würfeln. Beides zusammen in einer Pfanne mit Butter anrösten. Möhren und Blumenkohl hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und Currypulver abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und hinzugeben.

Für die Holunder-Rotwein-Sauce: Bratensatz der Taubenbrust mit Holundersaft und Rotwein aufgießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und zur Sauce geben. Mit Gemüesfond ablöschen, 10 Minuten einkochen lassen und Rosmarin und Thymian entnehmen.

Sauce mit kalter Butter binden. Johannisbeeren waschen und hinzugeben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Abrieb von der Zitrone sowie ein wenig Zitronensaft hinzugeben.

Für die Garnitur: Kresse mit Öl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und als Garnitur verwenden.

Dennis Börner am 06. September 2022