

Tauben-Brust mit Ziegenkäse und Mangold-Salat

Für zwei Personen

300 g Taubenbrustfilet	250 g Ziegenkäserolle	1 Baby-Mangold
1 roter Chicorée	1 Granatapfel	1 Orange
1 Limette	2 EL Zucker	2 EL Puderzucker
2 EL Honig	5 EL Dijon-Senf	2 EL Balsamico
4 EL Portwein	5 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Ofen auf 190 Grad Grill vorheizen. Die Taubenbrust waschen und trocken tupfen. Anschließend in einer Pfanne mit etwas Öl kurz anbraten und danach im Ofen fertig garen. Danach das Fleisch aus dem Ofen nehmen und in Streifen schneiden. Den Ziegenkäse mit etwas Senf und dem Honig leicht einreiben und anschließend kurz bei 190 Grad im Ofen grillen. Den Mangold und den Chicorée waschen und trocken tupfen. Aus dem Granatapfel vorsichtig die Kerne entfernen. Die Orange und die Limette in Filets schneiden und je ein wenig Saft auspressen. Für das Dressing den restlichen Senf, das Olivenöl, den Balsamico, den Puderzucker, den Portwein und den Zucker verrühren und mit ein wenig Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend das Dressing über den Salat geben. Die Taubenbrust mit dem überbackenen Ziegenkäse und dem Mangoldsalat auf Tellern anrichten und mit dem Granatapfel-Orangen-Senfdressing garnieren.

Max Stephan am 28. April 2014