

Birnen, Bohnen, Speck mit Stremel-Lachs, Speck-Soße

Für zwei Personen

Für die Birnen und Bohnen:

200 g grüne Bohnen	100 g Wachs-Brechbohnen	100 g weiße dicke Bohnen
5 kl. festk. Kartoffeln	1 rote Zwiebel	2 rote Williams Birnen
½ Bund Bohnenkraut	1 EL Apfelbalsam	2 EL Ahornsirup
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer, Eiswasser

Für die Specksauce:

1 Schalotte	50 g durchwachs. Bauchspeck	1 TL Butter
30 ml trockener Weißwein	50 ml Rinderfond	70 ml Sahne
Salz	Pfeffer	

Für Stremellachs und Speck:

50 g gut durchw. Speck	200 g Stremellachs	1 Zweig Petersilie
1 Zweig Liebstöckel		

Für die Birnen und Bohnen:

Die frischen grünen Bohnen und Wachsbohnen putzen. Die Enden abschneiden und in einem Topf etwa 10 Minuten zusammen kochen.

Danach in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Nach dem Kochen in mundgerechte Stücke schneiden.

Weißer dicke Bohnen abtropfen lassen.

Kartoffeln in Salzwasser gar kochen, abkühlen lassen, pellen und in Stücke schneiden.

Zwiebeln abziehen und in feine Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln anbraten. Etwas Apfelbalsam dazugeben, die Hitze reduzieren und die Zwiebeln 2-3 Minuten schmoren.

Birnen entkernen und in dickere Scheiben schneiden. Olivenöl in einer anderen Pfanne erhitzen und die Birnen ebenfalls leicht anbraten. Dabei mit 1 Prise Salz und schwarzem Pfeffer bestreuen.

Bohnenkraut waschen, trocknen und fein hacken. Olivenöl, Apfelbalsam und etwas Ahornsirup in eine große Schüssel geben und verrühren.

Alle vorbereiteten Zutaten, d.h. grüne Bohnen, Wachsbohnen, dicke Bohnen, Kartoffeln, gebratene Zwiebeln und die Birnen vorsichtig mit der Vinaigrette vermengen. Mit Salz und reichlich Pfeffer abschmecken.

Für die Specksauce:

Schalotte abziehen und mit dem Speck grob würfeln. Kurz in Butter dünsten und mit Wein ablöschen. Mit Fond und Sahne aufgießen und cremig einkochen. Sauce durch ein Sieb passieren. Mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken. Beiseite stellen und erst vor dem Anrichten mit dem Mixstab aufschäumen.

Für Stremellachs und Speck:

Speck kross anbraten. Stremellachs in Stücke zupfen.

Petersilien und Liebstöckelblätter zum Garnieren abzupfen.

Barbara Kübler am 20. Juli 2023