

Ziegenfrischkäse-Flan mit Vinaigrette und Gemüse

Für 4 Personen

500 g Ziegenfrischkäse	5 Eiweiß	50 g Sahne
Salz, Pfeffer	Butter	ca. 1 EL Semmelbrösel
1 Zwiebel	7 EL Olivenöl	1 rote Paprika
2 Zucchini	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie	2 EL weißer Balsamico

Den Ziegenfrischkäse in ein Passiertuch geben, auf ein Sieb setzen, eine Schüssel darunter stellen und so im Kühlschrank über Nacht abtropfen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den abgetropften Ziegenkäse mit dem Eiweiß und Sahne in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen glatt rühren, die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Souffelförmchen (mit ca. 200 ml Inhalt) ausbuttern und mit Semmelbröseln bestäuben. Die Käsemasse einfüllen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.

Die Zwiebel schälen und in 4 ca. 5 mm starke Scheiben schneiden. Die Zwiebelscheiben in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten. Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Zucchini waschen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl Zucchini und Paprika braten, je 1 Zweig Rosmarin und Thymian zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen.

Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Essig mit 4 EL Olivenöl, Schnittlauch und Petersilie gut vermischen, diese Vinaigrette mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gebackenen Käseflans kurz stocken lassen, dann vorsichtig aus der Form stürzen.

Zum Anrichten je einen gebratenen Zwiebelring in die Mitte eines Tellers geben und darauf einen Käseflan setzen. Mit dem gebratenen umlegen und mit der Vinaigrette begießen.

Otto Koch am 23. Juli 2015