

Gebratene Puten-Brust an Romanesco-Salat

Für 2 Portion:

200 g Romanesco	300 g Putenbrust	2 Gemüsezwiebeln
1 Zitrone	1/2 Bund Petersilie	Olivenöl, Zucker
Pfeffer, Salz		

Den Romanesco in gesalzenem, kochendem Wasser bis zu fünf Minuten garen, anschließend abschrecken. Die Putenbrust mit einem Butterfly-Schnitt aufschneiden, leicht salzen und pfeffern und eine kleine Prise Zucker darüber streuen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Putenbrust darin von beiden Seiten braten. Bei Bedarf noch ein wenig Zucker hinzu streuen. Die Petersilie fein hacken und in eine Schüssel geben. Den Saft einer Zitrone drüber pressen. Ein wenig Kochwasser des Romanescos zusammen mit ein wenig Öl in die Schüssel geben. Die Gemüsezwiebeln abziehen und in kleine Würfel schneiden. Diese in die Schüssel geben und das Ganze miteinander vermischen. Die Putenbrust mit dem Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 22. August 2013