

Linsen-Salat mit Wachteln und Balsamico

Für 4 Personen

200 g Puy-Linsen	4 Schalotten	30 g Butter
400 ml Geflügelbrühe	Salz	Pfeffer
100 g Karotte	1 Stange Lauch	100 g Knollensellerie
100 ml alter Balsamico	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	12 Wachtelbrüste
1 Stiel Rosmarin	2 EL Olivenöl	2 EL Butter
150 g Pfifferlinge		

Die Linsen 1 Stunde in kaltem Wasser einweichen. 2 Schalotten schälen und würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten darin andünsten. Die abgetropften Linsen zugeben und ebenfalls ca. 2 Minuten andünsten. Die Brühe zu den Linsen zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Linsen ca. 30 Minuten weich kochen. Karotte, Lauch und Sellerie putzen, schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Gemüswürfel ca. 1 Minuten blanchieren, herausnehmen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Gemüswürfel zu den Linsen geben und ca. 1-2 Minuten mit dünsten. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Blättchen fein schneiden. Essig zu den Linsen geben und etwas einköcheln lassen. Petersilie untermischen und abschmecken. Salat lauwarm abkühlen lassen. In der Zwischenzeit die Wachtelbrüste salzen und pfeffern. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Wachteln mit dem Rosmarin in eine Pfanne geben. Brüste von allen Seiten anbraten und anschließend 1 EL Butter zugeben und die Brüste bei schwacher Hitze sanft gar ziehen lassen. Übrige 2 Schalotten schälen und würfeln. Pfifferlinge putzen. Übriges Öl und Butter erhitzen. Schalotten darin anschwitzen. Pfifferlinge zugeben und alles ca. 2-3 Minuten braten. Abschmecken und mit den wachtelbrüsten und Linsensalat anrichten. Mit einigen Wildkräutern z. B. Brunnenkresse anrichten.

Karlheinz Hauser am 17. Juni 2013