

Wachtel-Brust auf Kürbis-Blini und Spitzkohl-Salat

Für zwei Personen

Für die Wachtelbrust:

2 Wachtelbrüste à 45 g	1 Zehe Knoblauch	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	1 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Kürbis-Blini:

100 g Hokkaido-Kürbis	1 Ei	100 ml Buttermilch
40 g Mehl	$\frac{1}{2}$ TL Backpulver	1 TL Butterschmalz
Muskatnuss	Salz	

Für den Spitzkohlsalat:

250 g Spitzkohl	1 Schalotte	1 EL Kürbiskerne
1 EL Weißweinessig	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für das Chili-Sabayon:

$\frac{1}{2}$ Orange, davon den Abrieb	2 Eier	80 ml Milch
1 TL flüssiger Honig	1-2 Prisen Chiliflocken	Salz

Ofen auf 65 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem Topf wenig Wasser für den Kürbis zum Kochen bringen.

In einem Topf Wasser für ein Wasserbad erhitzen.

Für die Kürbis-Blini den Hokkaido waschen, Kerngehäuse entfernen, Fruchtfleisch klein würfeln und bei geschlossenem Deckel in wenig Wasser circa zehn Minuten weich kochen. Wasser abgießen und Kürbis mit einer Gabel zerdrücken. Abkühlen lassen. Anschließend mit Ei, Buttermilch, Mehl und Backpulver verrühren, mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Aus dem Teig kleine Blini formen. In einer beschichteten Pfanne Butterschmalz erhitzen und Blini bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und im Backofen warm stellen.

Für den lauwarmen Spitzkohlsalat den Spitzkohl waschen, Strunk entfernen, Blätter fein schneiden. Schalotte abziehen, in Streifen schneiden. Kürbiskerne grob hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotte und Kürbiskerne darin anschwitzen. Spitzkohl zugeben und kurz durchschwenken. Weißweinessig hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die gebratene Wachtelbrust die Wachtelbrüste kalt abrausen und trockentupfen. Kräuter abrausen und trockenwedeln. Knoblauch mit Schale halbieren. Eine Pfanne auf mittlere Temperatur vorheizen und mit etwas Olivenöl einstreichen. Wachtelbrüste mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen. Kräuterzweige und Knoblauch zugeben. Die Wachtelhaut langsam knusprig braten, anschließend wenden, kurz auf der Fleischseite braten und bei 65 Grad zehn Minuten im Backofen ziehen lassen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Chili-Sabayon Orangenschale abreiben. Eier trennen. Eigelbe mit Milch, Chiliflocken, Honig, Orangenabrieb und etwas Salz in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad dickschaumig aufschlagen.

Je zwei bis drei Blini auf Teller legen, Spitzkohlsalat darauf geben. Je eine Wachtelbrust dazu legen, mit Chili-Sabayon beträufeln und servieren.

Johann Lafer am 25. November 2016