

Brot-Salat mit Gemüse und Oliven

Für 4 Personen

250 g Tomatenbaguette	6 EL Olivenöl	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 rote Zwiebel	150 g Kirschtomaten
150 g Ruccola	100 g Frisée-Salat	2 EL Sherry Essig
Salz, Pfeffer	200 g frische Speisepilze	4 EL grüne Oliven
16 Scheiben Parma-Schinken		

Den Ofen auf 150 Grad Heißluft vorheizen. Das Tomatenbaguette in 3 mm dünne Scheiben schneiden, auf ein Backblech legen mit etwas Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten rösten. Paprikaschoten schälen, vom Kerngehäuse befreien und in 5 mm dicke Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen, ebenfalls in Streifen schneiden. Die Kirschtomaten waschen und vierteln. Ruccola und Frisée Salat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Das geschnittene Gemüse, die Tomaten und die beiden Salate miteinander vermengen, mit Sherry-Essig, 4 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pilze putzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Brotchips vorsichtig unterheben. Auf einen Teller oder je nach Bedarf anrichten die gebratenen Pilze und Oliven darüber geben, den dünn geschnittenen Parma-Schinken anlegen und schnellstmöglich servieren.

Tipp: Eine besondere Beilage für diesen Salat sind „flüssige Oliven“ aus der sog. Molekularküche. Dafür benötigt man: Ca. 200 g grüne Oliven mit Sardellenfüllung 0,75 g Xantana (Verdickungsmittel aus der Molekularküche, in der Apotheke erhältlich) 1,25 g Calcic (aus der Molekularküche, in der Apotheke erhältlich) 1,87 g Alginat (aus der Molekularküche, in der Apotheke erhältlich) 375 ml Wasser Die Oliven ohne den Sud mixen. (Man braucht insgesamt 200 ml fertig gemixte Oliven Jus) Oliven Jus mit dem Xantana und dem Calcic nochmals aufmixen. Alginat und Wasser miteinander vermengen und auch mixen. Die Olivenmasse vorsichtig mit einem Esslöffel in die Alginat Lösung geben und 4 Minuten ziehen lassen. Aus der Lösung nehmen und in einem Kaltwasser - Bad kurz durchwaschen.

Karlheinz Hauser Montag, 02. Juni 2008