

Ziegenkäse mit Blaubeer-Feigen-Sauce

Zutaten für 4 Personen:

150 g wilde Blaubeeren aus
Kanada (tiefgefroren)
2 Schalotten
3 TL Olivenöl
6 TL Feigensenf
2 TL Speisestärke
1 Prise Salz
4 kleine runde Ziegenkäse
(Picandou)
2 TL Puderzucker
5 Stiele Koriander

Außerdem

2 Chicorée
2 gelbe Paprikaschoten
1 Radicchio
2 EL Weißweinessig
Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker
3 EL Olivenöl



Zubereitung:

1. Blaubeeren auftauen lassen. Schalotten abziehen und in feine Spalten schneiden. 2 TL Olivenöl erhitzen. Schalotten darin andünsten. Blaubeeren, 100 ml Wasser und Feigensenf einrühren und aufkochen. Stärke mit wenig kaltem Wasser glatt verrühren, zu den Blaubeeren geben und einmal unter Rühren aufkochen lassen. Mit einer Prise Salz würzen.
2. Ziegenkäse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Mit Puderzucker bestäuben und unter dem vorgeheizten Grill bräunen.
3. Korianderblättchen von den Stielen zupfen. Übriges Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen. Korianderblättchen darin kross frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
4. Für den Salat Chicorée putzen, abspülen und klein schneiden. Paprikaschoten vierteln, putzen, abspülen und in Streifen schneiden. Radicchio putzen, Blätter in mundgerechte Stücke schneiden, abspülen und trockenschleudern. In einer großen Schüssel Essig mit Salz, Pfeffer, Zucker und Olivenöl verrühren. Die vorbereiteten Zutaten zufügen und mischen.
5. Den Ziegenkäse mit der Blaubeer-Feigen-Sauce, dem frittierten Koriander und dem Salat zusammen anrichten.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten + Auftauzeit

Nährwertangaben pro Portion ca.:

Energie: 255 kcal / 1069 kJ
Eiweiß: 8,7 g
Fett: 19 g
Kohlenhydrate: 12 g

Wild Blueberry Association of North America
Ansprechpartner: mk² gmbh, Maria G. Kraus, Oxfordstraße 24,
D-53111 Bonn, fon: 0228/943 787 – 0,
fax: 0228/ 943 787 – 7, e-mail: info@wildeblaubeeren.de
Fotonachweis: Wilde Blaubeeren aus Kanada
Abdruck honorarfrei
Zwei Belegexemplare erbeten

