

Rezepte: Wonnemonat Mai in der Küche

Mairübchen-Carpaccio mit Erdbeeren und Wildsalat

Zutaten (für 4 Personen):

ca. 3-4 runde, frische Mairübchen
 ca. 200 g Erdbeeren
 3 EL Olivenöl Extravergine
 2-3 EL Balsamico
 1 Zitrone
 frische Minze
 Salz
 Zucker
 ca. 200 g Wildkräutersalat
 fruchtiger schwarzer Pfeffer aus der Mühle (z.B. Sichuan-Pfeffer)

Zubereitung:

Mairübchen waschen, schälen und Stiele abschneiden. Stiele und Grün aufbewahren. Rübchen in hauchdünne Scheiben schneiden.

In einer Schüssel Zitronensaft mit Salz, 2 EL Olivenöl und ½ TL Salz zu einem Dressing verrühren. Gerieben Zitronenschale und etwas Pfeffer hinzugeben, dann die Rübchenscheiben mit dem Dressing vermischen und ziehen lassen.

Erdbeeren waschen und putzen, in dünne Scheiben schneiden, in eine Schale mit etwas Balsamico geben und mit Zitronensaft und 1 TL Zucker würzen.

Minze waschen, trocken schütteln und die Blättchen in feine Streifen schneiden. Wildkräutersalat waschen und schleudern, mit Olivenöl, Balsamico und Salz würzen und auf einem Servierteller anrichten. Die Mairübchenscheiben und Erdbeeren darauf verteilen, mit Olivenöl und Balsamico beträufeln, mit Minze dekorieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mairübchenrisotto mit Rhabarber

Zutaten:

280 g Risotto-Reis
 80 g Butter
 1 große oder 2 kleine Schalotten
 ca. 1,5 Liter Gemüsebrühe
 ½ Glas Weißwein
 ca. 3-4 runde, frische Mairübchen mit Grün
 2-3 dünne Stängel roter Rhabarber
 1 EL Zucker



1 Zitrone, unbehandelt
2 EL Olivenöl
Salz
fruchtiger schwarzer Pfeffer aus der Mühle (z.B. Sichuan-Pfeffer)
100 g frisch geriebener Parmesan

Zubereitung:

Rhabarber waschen, die trockenen Enden weglassen. Stängel in schmale Rondellen schneiden. In einem kleinen Topf etwas Butter erhitzen, Rhabarber mit 1 EL Wasser und 1 EL Zucker hinzugeben, gut vermischen und ca. 5 Minuten bei kleiner Flamme zugedeckt anschwitzen, dann mit etwas Zitronensaft ablöschen und abkühlen lassen. Geriebene Zitronenschale und etwas Pfeffer hinzugeben, sanft vermischen und beiseitestellen.

Rübchen putzen und waschen, Stängel abschneiden. Dann die Rübchen schälen und in kleine Würfel schneiden. Eine Handvoll der frischeren grünen Blätter mit ca. 1 EL Olivenöl mit dem Pürierstab fein pürieren und beiseitestellen.

In einem Topf mit dickem Boden 2 EL Butter und 1 EL Olivenöl leicht erhitzen und die Schalottenwürfel darin glasig anschwitzen. Reis hinzufügen und einige Minuten unter ständigem Rühren glasig dünsten. Mit Weißwein ablöschen und weiterhin rühren. Rübchenwürfel dazugeben und rühren. Etwas von der heißen Brühe hinzugießen, zum Kochen bringen und den Reis unter gelegentlichem Umrühren bei schwacher Hitze für etwa 17 bis 18 Minuten mit Deckel quellen lassen - dabei immer nur so viel Brühe zugeben, dass der Reis sie in wenigen Minuten aufnehmen kann. Immer wieder rühren, damit der Reis nicht anbrennt.

Wenn der Reis noch bissfest ist, den Topf vom Herd nehmen. 1 EL Butter und Parmesan einrühren, damit der Risotto cremig wird. Ist er zu fest, noch etwas Brühe hinzugeben: Er muss im Topf fließen, darf nicht zu fest sein. Evtuell mit Salz abschmecken.

Risotto auf vorgewärmten Tellern anrichten. In die Mitte jeder Portion eine Kuhle formen und mit 1 - 2 EL Rhabarber füllen. Tupper des grünen Blätterpürees auf dem Risotto verteilen und mit etwas Sichuan-Pfeffer bestreuen.

Mairübchengrün-Quiche

Zutaten für den Teig:

250 g Mehl
125 g kalte Butter
1 Prise Salz
1 Ei
evtl. etwas kaltes Wasser
Butter für die Form



Zutaten für die Füllung:

Mairübchengrün, geputzt
1 große Schalotte oder 2 kleine
3 Eier
150 g Creme Fraiche
50 ml Sahne
1 EL Speisestärke
ca. 80 g Parmesan
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Muskat

Zubereitung:

Butter im Mehl zerstückeln und die Zutaten für den Teig schnell zusammenkneten - evtl. etwas kaltes Wasser hinzugeben. Teig zu einer Kugel formen und ca. eine halbe Stunde lang zugedeckt im Kühlschrank ruhen lassen.

Creme Fraiche, Sahne, Eier und Speisestärke verrühren. Parmesan, Muskat und Pfeffer hinzufügen.

Mairübchengrün in schmale Streifen schneiden. In einer Pfanne die dgehackte Schalotte in Olivenöl glasig andünsten, dann das Mairübchengrün hinzugeben und ca. 5 Minuten sanft anbraten. Mit Salz abschmecken und abkühlen lassen.

Mairübchengrün mit dem Eier-Sahnegemisch verrühren.

Ofen auf 190 Grad vorheizen. Teig ausrollen, in eine mit Butter gefettete Quicheform (28 cm Durchmesser) verteilen. Mit einer Gabel in die Teigoberfläche stechen und ca. 15 Minuten blind backen. Dann die Backform herausnehmen und das Eier-Sahne-Grün auf den Teig gießen. Bei 190 Grad ca. 30 - 40 Minuten backen (Zahnstochertest).

Fliederblütensirup nach Oskar Marti

Zutaten:

15 Fliederblütendolden
3 Liter Wasser
2 kg Zucker
3 Zitronen, in Scheiben geschnitten
60 g Zitronensäure



Zubereitung:

Wasser und Zucker aufrühren und miteinander aufkochen. 5 Minuten ziehen lassen und abkühlen. Die Fliederblüten (ohne Stängel) und die Zitronenscheiben begeben. Die Zitronensäure mit etwas Zuckerwasser anrühren und ebenfalls beifügen.

Fünf Tage lang an einem kühlen Ort stehenlassen. Dann abseihen, in Flaschen abfüllen und verkorken. Kühl aufbewahren.

Tipp: Dieser Sirup ist Basis für Getränke, Desserts und zum Marinieren von Beeren und Früchten

(Aus „Frühling in der Küche“ von Oskar Marti, AT Verlag, 2002)