Wachteleier, Honig-Senf-Dip, Mangold, Kartoffelwürfel

Für zwei Personen		
Für das Lauchstroh:		
$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	grobes Meersalz	
Für die Wachteleier:		
10 Wachteleier	1 Ei	2 EL Mehl
80 g Paniermehl		
Für die Kartoffelwürfel:		
600 g festk. Kartoffeln	4 EL Rapsöl	Paprikapulver
Salz	Pfeffer	
Für den Mangold:		
500 g Mangold	2 Knoblauchzehen	1 rote Zwiebel
30 g Montello	100 ml Sahne	50 ml Gemüsefond
4 EL Rapsöl	50 ml halbtrockener Weißwein	Chiliflocken
Muskatnuss	Salz	Pfeffer
Für den Honig-Senf-Dip:		
1 Zitrone, Saft	1 EL m.-scharfer Senf	2 TL flüssiger Honig
4 EL Rapsöl	Salz	Pfeffer
Für die Garnitur:	$\frac{1}{2}$ Beet Gartenkresse	

Für das Lauchstroh: Eine Fritteuse auf 140 Grad vorheizen.
Lauch putzen, in sehr feine Streifen schneiden und in der Fritteuse goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit grobem Salz bestreuen und erkalten lassen.
Für die Wachteleier: Eine Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.
Wachteleier für 2 Minuten kochen und danach sofort in Eiswasser abschrecken. Eier anschließend pellen und trocken tupfen.
Eine Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei und Paniermehl bereitstellen.
Eier zunächst in Mehl, dann in Ei und abschließend in Paniermehl wenden. In einer Fritteuse bei 170 Grad für 2-3 Minuten ausbacken.
Für die Kartoffelwürfel: Kartoffeln schälen und würfeln. Öl in eine kleine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Kartoffelwürfel darin schwenken. Anschließend in einer Pfanne in Rapsöl goldgelb anbraten.
Für den Mangold: Die Stiele und Blätter vom Mangold trennen. Die Stiele in feine Streifen schneiden, Blätter grob hacken. Knoblauch abziehen, eine Zehe fein hacken und die andere in feine Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin andünsten. Mangoldstiele für 2 Minuten dazugeben und anschließend die Blätter kurz mitdünsten. Weißwein und Fond angießen und einköcheln lassen. Sahne hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, Chiliflocken und frischer Muskatnuss abschmecken.
Für den Honig-Senf-Dip: Alles Zutaten in eine Schale geben und gut miteinander vermischen.
Für die Garnitur: Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Kresse garnieren und servieren.

Daniela Schrick am 02. Juli 2025