

Salat von Taube, Chicorée und Walnüssen

Für 4 Personen

Für den Chicorée:

2 Stck. gelbe Chicorée	40 g Butter	2 Teelöffel Honig
Meersalz	Pfeffer	

Für die Taube:

4 Stück Taubenbrüste	2 Thymianzweige	2 TL Butter
Meersalz, Pfeffer	Olivenöl	Knoblauchzehen

Für die Walnüsse:

50 g Walnusskerne	2 TL Dijonsenf	1 Rosa Grapefruit
2 Esslöffel Sherry-Essig	gelben Frisée	Eichblattsalat
2 Stück eingel. schwarze Walnüsse	2 EL Walnussöl, kalt gepresst	

Für den Chicorée:

Den Backofen auf 220 Grad (Umluft) vorheizen.

Den Chicorée waschen, putzen und der Länge nach vierteln. Den Strunk noch nicht komplett wegschneiden (so halten die Chicorée-Viertel besser ihre Form), sondern erst kurz vor dem Anrichten entfernen.

Nun die Chicorée-Viertel auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und mit Salz, Pfeffer und Honig würzen. Kleine Butterstückchen darüber verteilen, in den Backofen geben und ca. 8-10 Minuten schmoren.

Für die Taube:

Die Taubenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Olivenöl von jeder Seite bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten anbraten. Butter, Thymian und einige angedrückte Knoblauchzehen zugeben und für etwa 3 Minuten fertig garen. Dabei ständig mit der schäumenden Butter übergießen und danach an einem warmen Ort ruhen lassen.

Für die Walnüsse:

Die Grapefruit schälen und filetieren. Dabei den Saft auffangen.

In der Bratenpfanne die Walnüsse anrösten, den Senf zugeben und mit dem Grapefruitsaft und Sherry-Essig ablöschen. Anschließend nach Geschmack würzen, die Grapefruitfilets zugeben und mit den Blattsalaten und dem Chicorée mischen.

Das Ganze auf den Tellern verteilen. Die Taubenbrüste in dünne Tranchen schneiden und darüber geben. Mit Walnussöl beträufeln und mit den in Scheiben geschnittenen schwarzen Walnüssen garnieren.

Ralf Zacherl am 09. Dezember 2017