

Bunter Sommersalat mit Erdbeeren und Lammkarrees

Zutaten für die Hollandaise (für 4 Personen):

- 2 Schalotten
- 2 Zehen Knoblauch
- 100 ml weißer Portwein
- 1 EL Ahornsirup
- 0,5 Limette
- 3 Eigelb
- 2 EL Sojasoße
- oder: Tsuyu-Soße
- 0,5 TL Senf
- 125 g Butter
- Pflanzenöl

Zunächst eine Reduktion herstellen. Schalotten und Knoblauch schälen und klein hacken. In einer Pfanne in Pflanzenöl anbraten und mit dem Portwein ablöschen. Ahornsirup und Limettensaft dazugeben und einkochen lassen.

Die Butter in der Reduktion auflösen. Das Eigelb in einen Standmixer geben und auf niedrigster Stufe mixen. Dann die Reduktion mit der Butter sowie Sojasoße und Senf dazugeben und alles auf höchster Stufe 10 bis 20 Sekunden mixen. Wenn mehr Festigkeit gewünscht ist, 1 bis 2 EL Milch oder Sahne dazugeben. Wenn das Ganze flüssiger sein soll, nach dem Mixen Milch, Sahne oder Frischkäse unterrühren.

Zutaten für den Salat:

- 3 EL Sonnenblumenkerne
- 250 g Erdbeeren
- 1 Stück Wassermelone
- 1 kleiner Radicchio
- Honig
- 12 Cherrytomaten
- 0,5 Limette
- Olivenöl
- 1 Brokkoli
- Salz

Sonnenblumenkerne in einer kleinen Pfanne rösten und mit etwas Honig karamellisieren. Obst, Radicchio und Tomaten säubern und klein schneiden. In eine Schüssel geben und mit Olivenöl und Limettensaft beträufeln.

Vom Brokkoli den Strunk entfernen, in Röschen teilen. Wasser in einen Topf geben, ein Sieb hinhängen, sodass es nicht ins Wasser ragt. Zum Kochen bringen, den Brokkoli in das Sieb geben und bei geschlossenem Deckel 8 bis 10 Minuten im Dampf garen. Anschließend salzen.

Zutaten für die Lammkarrees:

- 8 Lammkarrees
- 2 Zehen Knoblauch
- Pflanzenöl

Die Karrees in einer Pfanne mit Knoblauch in Pflanzenöl anbraten, wenden und ein zweites Mal anbraten. Wieder wenden und abkühlen lassen, damit die Hitze sich verteilen kann. Vor dem Servieren noch einmal heiß machen und würzen.

Sendung/Quelle: Hamburg Journal

Sendetermin: 30.06.2023

Koch/Köchin: Dave Hänsel

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen