SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

E-Mail: info@gewuerzmuehle-rosenheim.de Tel: +49 8053 530 8384 Web: https://www.gewuerzmuehle-rosenheim.de/



Grüner Spargel | Blumenkohl-Tempura | Purple Curry | Tandoori Masala

Zubereitungszeit: 35 min

Kochzeit: 25 min

Gesamtzeit: 1 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 4 Personen

Zutaten:

1 Bündel Grüner Spargel

Etwas Dill

1 Prise(n) Zucker

Etwas Salz

1 Kopf Blumenkohl

1 Tüte(n) Tempura Teig (Pulver)

Etwas Zitronensaft

1 Radicchio

80 g Rucola

Frische Kresse (optional)

Etwas Tandoori Masala

Etwas Kurkuma

1 l Rapsöl zum Frittieren

Tandoori-Joghurt:

250 g griechischer Joghurt (10% Fett)

1 Esslöffel Purple Curry

1 Esslöffel Tandoori Masala

2 Esslöffel Honig

1 Prise(n) Salz

Zitronendressing:

40 ml Zitronensaft

1 Messerspitze(n) Senf

20 g Honig

200 ml Olivenöl (mild)

Etwas Salz

Zubereitung Dressing:

1. Für das Dressing den Zitronensaft mit Senf und Honig sorgfältig glatt mixen und dann zunächst tröpfchenweise, später in einem dünnen Strahl das Olivenöl einmontieren, bis das Dressing leicht dickflüssig ist. Mit einer Prise Salz abschmecken. Da eine größere Menge leichter zuzubereiten ist, reicht unser Dressing mit den genannten Mengenangaben nicht nur für den weißen Spargelsalat, sondern auch für das Rezept "Weißer Spargelsalat |

Zitronengremolata | Verbena Grapefruitpfeffer".

Zubereitung:

1. Den griechischen Joghurt mit Purple Curry, Tandoori Masala, Honig und Salz verrühren. Im Kühlschrank kaltstellen und mindestens 15 Minuten durchziehen lassen.

2. Vom grünen Spargel die holzigen Enden abschneiden. In Salzwasser genau zwei Minuten kochen. Danach in Eiswasser abschrecken und kaltstellen.

3. Den Blumenkohl in mundgerechte Röschen teilen. Wie den Spargel zwei Minuten in Salzwasser blanchieren und anschließend kalt abschrecken. Gut abtropfen lassen. Dann mit ein paar Tropfen Zitronensaft, Salz und etwas Tandoori Masala würzen.

4. Für den Tempurateig das Pulver mit eiskaltem Wasser zu einer zähflüssigen Masse verrühren. Mit etwas Salz, 1 TL Kurkumapulver und 1 EL Tandoori Masala glattrühren und mindestens 15 Minuten ziehen lassen.

5. Den Radicchio in Streifen schneiden und mit dem Rucola mischen. Optional Kresse dazugeben.

6. Jetzt das Öl in einem ausreichend großem Topf erhitzen. Mit kleinen Tempura-Teig-Tropfen im heißen Fett die Temperatur prüfen.

7. In einer beschichteten Pfanne den Spargel in wenig Olivenöl anbraten. Eine Prise Zucker und etwas Salz dazugeben. Nach ein bis zwei Minuten grob gehackten Dill

hinzufügen und kurz ziehen lassen.

8. Die Blumenkohlröschen mit Hilfe eines Holzspießes oder einer Gabel durch den Tempurateig ziehen und nach und nach im heißen Fett goldgelb ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

9. Den Tandoori-Joghurt mittig auf dem Teller anrichten. Den Spargel darauf setzen. Den Salat seitlich platzieren und mit dem Zitronendressing beträufeln. Die Blumenkohl Tempura ebenfalls anrichten.