

Starker Auftakt mit zartem Wintergemüse

Ab 8. Januar verstärkt Sachsen-Anhalts einziger Sternekoch Robin Pietsch den Freitagnachmittag bei „MDR um 4“. Er präsentiert unter anderem Rezepte, die er in seinen jeweils mit einem Stern im Guide Michelin ausgezeichneten Restaurants „ZeitWerk“ und „Pietsch“ in Wernigerode serviert. Aus bunten Beete-Knollen und Blumenkohl hat er Rezepte entwickelt, die wunderbar in die kalte Jahreszeit passen. Nach der üppigen Festtagsschlemmerei kommen gebratener Blumenkohl mit gehobelten und marinierten Beetescheibchen und einem pikanten Brotcrunch auf den Teller.

Buntes vom winterlichen Gemüseacker

Zutaten für 2 Personen

Rote - Gelbe - und Ringelbeete gekocht:

½ Rote Beete

½ Gelbe Beete

½ Ringelbeete

1 Prise Salz

Etwas Lorbeer, Wacholder, Piment, Pfeffer

Zubereitung:

Die Beeten separat in Salzwasser mit Lorbeer, Wacholder, Piment und Pfeffer gar kochen.

Beete roh

¼ Rote Beete

¼ Gelbe Beete

¼ Ringelbeete

1 EL Pflanzliches Öl

2 TL Balsamico Bianco

1 TL Honig

Zubereitung:

Aus Öl, Balsamico Bianco und Honig eine Marinade rühren. Die Beeten fein hobeln und separat und marinieren.

Gelbe Beete Sauce:

1 Gelbe Beete

50 g Butter

1 Prise Salz

Zubereitung:

Die Beete entsaften und durch ein Sieb passieren. Den Saft einkochen und mit Butter aufrühren. Mit Salz abschmecken.

Blumenkohlpüree:

½ Blumenkohl

1 EL Salz

2 TL Butter

Zubereitung:

Den Blumenkohl in Salzwasser weich kochen und fein pürieren. Die Butter einarbeiten und mit Salz abschmecken.

Blumenkohl gebraten:

¼ Blumenkohl
etwas Öl & Butter
Salz, Zucker

Zubereitung:

Den Blumenkohl ausbrechen und in Scheiben schneiden. Jetzt in einer Pfanne in Öl goldbraun braten und zum Schluss Butter hinzufügen und schwenken.

Brotcrunch:

1 Scheibe Roggenbrot
etwas Pflanzenöl
Butter
Rosmarin, Thymian, Knoblauch

Zubereitung:

Das Brot in feine Würfel schneiden. Das Öl in eine Pfanne geben und die Brotwürfel braten. Jetzt die Gewürze und die Butter dazu geben und schwenken. Anschließend auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Anrichten:

Blumenkohlscheiben auf einen Teller legen. Rohe Beetescheiben daneben arrangieren. Gekochte Beete dazugeben und mit Blumenkohlcreme und Beetesauce vollenden. Den Brotcrunch locker verteilen.