



FEINHEIMISCH

Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.

Rezept des Monats | August 2011

Backensholzer Friesisch Blue

mit Schalotten und Bohnen

von Robert Stolz, Restaurant & Hotel Stolz in Plön



Zubereitung

Bohnencreme

Die dicken Bohne 30 Sekunden blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Die Bohnenkerne auspülen. 1 El Bohnenkerne zur Seite legen. Den Rest der Bohnenkerne in einem Mixer mit dem Mineralwasser gut pürieren. Salzen und zur Seite stellen.

Bohnen

Die Bohnensorten getrennt in Salzwasser knackig blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Die Bohnen einputzen. Gelbe, grüne Bohnen und die dicken Bohnen in einer Schüssel mischen. Mit Senf, Öl & Essig marinieren und salzen. Die Kräuter zupfen, grob hacken und zu den Bohnen geben. Ein paar Kräuter zur Deko aufheben.

Zutaten für 4 Personen

200g Friesisch Blue Käse vom Bioland Hof Backensholz

Bohnencreme

300g g ausgepulte Dicke Bohnen, 4 El Mineralwasser, Meersalz

Bohnen

150g grüne Buschbohnen, 150g gelbe Wachsbohnen, 2 El Rapsöl, 1 El Apfel Balsam Essig, 1 El Pixel Senf, 8 Stengel Zitronen Thymian, je 1 Zweig Bronzefenchel, Dill, glatte Petersilie, Meer-salz

...weiter auf Seite 2

Schalotten

Die Schalotten schälen und halbieren. Auf der Schnittseite mit kalter Butter bestreichen. In eine Metall-Pfanne setzen und 2 min. scharf anbraten. Mit Deckel bei 200°C für 12 min. in den Ofen schieben.

Herausnehmen und 10min. mit Deckel abkühlen lassen. Die Schalotten umdrehen und salzen. Mit Apfel Balsam Essig beträufeln.

Speck-Knusper

Die Speckscheiben in feine Würfel schneiden und in einer Teflon-Pfanne knusprig braten. Auf ein Papiertuch schütten. In einer Pfanne die Butter aufschäumen, bis sie braun ist. Den Muscovado Zucker und die Flocken zugeben und 2min. bräunen. Den Speck zufügen und alles auf ein Crêpe Papier geben.

Sauerrahmsauce

Alle Zutaten verrühren und mit Salz abschmecken.

Anrichten

1 El Bohnencreme auf den Teller streichen. Darauf die Bohnen-Mischung anrichten. Die Schalotten oben auf legen. Mit Kräutern und dem Speck-Knusper garnieren. Links daneben einen Strich Sauerrahmsauce geben. Eine dünne Scheibe Friesisch Blue daneben legen. Mit einem Roggen-Sauerteig Brot servieren.

Schalotten

8-12 kleine Schalotten,
2 El Butter, Meersalz,
2 El Apfel Balsam Essig

Speck-Knusper

8 Scheiben durchwachsener,
gepökelter, geräucherter Speck
2 El Butter, 1 El Sonnenblumen-
kerne, 1TI Muscovado Zucker,
3 El Vierkorn Flocken

Sauerrahmsauce

4 El Sauerrahm, 1 El Quark,
1 El Rapsöl, Meersalz

Guten Appetit wünscht Ihnen Robert Stolz!