

3 Fiolen mit einem kleinen Gemüsemesser auf beiden Seiten zuputzen. Je nach Größe halbieren bzw. dritteln und in einem großen Topf mit gut gesalzenem Wasser mind. 5 Minuten weich kochen (sie dürfen nicht mehr quietschen), abseihen und gut abtropfen lassen.

4 Zwiebel schälen, feinkwürfelig schneiden und in einem Topf mit der Butter anschwitzen. Mehl hinzufügen, unter ständigem Rühren kurz mitanschwitzen und mit dem Gemüsefond ablöschen. Aufkochen und mit einem Schneebesen glattrüh-

ren. Sauerrahm hinzufügen, mit Salz und Chilipulver würzen. Mit feinem Abrieb und Saft der Zitrone verfeinern. Dill abzupfen, fein schneiden und unterrühren. Fiolen in den Dillrahm einrühren.

5 Semmelbrösel in Butter in einer beschichteten Pfanne goldbraun rösten. Schupfnudeln darin wälzen. Mit den Fiolen anrichten.

GETRÄNK

Weißburgunder

Marinierte Chioggiarüben mit Ribiseln und Ziegenkäse

Bildhübsch und dabei aus einer besonders schönen Rote-Rüben-Sorte. Mitten im Sommer. Da fängt nämlich deren Saison an – und jetzt schmecken sie roh ganz besonders fein.

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

4 kleinere Chioggiarüben (insg. ca. 300 g) · 150 g Ribiseln · 4 EL Himbeeressig (S. 231, Tipp) · 1 TL Blütenhonig · 6 EL Chiasamenöl (ersatzweise Olivenöl) · Salz · schwarzer Pfeffer · 20 Kapuzinerkresse-Blüten · 120 g Ziegenkäse, z.B. Feta · 50 g geröstete Macadamianüsse

1 Chioggiarüben schälen und mit einer Schneidemaschine in hauchdünne Scheiben schneiden oder auf einer Mandoline hobeln. Ziegenkäse in Stücke brechen, Nüsse grob hacken. Käse, Rüben und Nüsse auf einem Teller hübsch anrichten.

2 Ribiseln abreiben, in eine Schüssel geben und leicht mit einem Löffel andrücken. Essig, Honig und das Öl einrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Marinade über die Chioggiarüben verteilen und mit Blüten bestreuen.

GETRÄNK

Isabella-Traubensaft oder schwarzer Johannisbeer-Nektar

WISSEN

Chiasamenöl hat einen leicht nussigen Geschmack und bringt Abwechslung in die Gemüseküche.



Marinierte Chioggiarüben mit Ribiseln und Ziegenkäse