

# Salat aus gebratenem Spargel, Zucchini und Manouri

725

**Typ:** Salat

**Quelle:** Ottolenghi: Das Kochbuch, S. 47

**Bemerkungen:** Schon fast eine vollständige Mahlzeit Dieser Salat vereint genügend Farben, Konsistenzen und Aromen, um als Mittelpunkt eines leichten Frühlingsessens zu glänzen. Entwickelt hat ihn Helen Goh, mit der wir das Vergnügen hatten, in den letzten beiden Jahren zusammenzuarbeiten. Seit sie aus Australien zu uns gestoßen ist, hat sie sich bei Ottolenghi große Verdienste erworben — nicht nur als inspirierte Köchin, sondern auch als verständnisvolle Freundin.

Manouri ist ein halbweicher griechischer Frischkäse, der aus abgetropfter Molke hergestellt wird, die bei der Herstellung von Feta als Nebenprodukt anfällt Er ist weich und cremig, und wir verwenden ihn sehr gern, weil er sich gut braten oder grillen lässt und dabei seine Form behält. Falls Sie keinen Manouri auftreiben können, nehmen Sie stattdessen einen milden Ziegenfrischkäse. Dann sollten Sie aber auf das Anbraten verzichten, da der Käse dabei zerfallen würde. Und wenn Sie Halloumi mögen: Er lässt sich sehr gut anbraten und grillen und eignet sich ebenfalls für diesen Salat.

**Zutaten:**

Für 4-6 Personen  
350 g Kirschtomaten, halbiert  
140 ml Olivenöl  
24 Stangen grüner Spargel  
2 Zucchini  
200g Manouri, in 2cm dicke Scheiben geschnitten  
25g Rucola  
Maldon Sea Salt oder Fleur de Sel  
und schwarzer Pfeffer

**BASILIKUMÖL**

75 ml Olivenöl  
1 Knoblauchzehe, gehackt  
25g Basilikum  
1 Prise Salz  
1 Prise schwarzer Pfeffer

**Rezept:**

Bevor es an die Herstellung des Basilikumöls und das Zusammenstellen des Salats geht, wird zunächst einmal das Gemüse vorbereitet Mit den Kirschtomaten beginnen. Den Backofen auf 170 °C vorheizen. Die Tomaten mit 3 Esslöffeln Olivenöl vermischen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Mit der Hautseite nach unten auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. 50 Minuten im Ofen rösten, bis sie halb getrocknet sind. Je nachdem, wie trocken die Tomaten bevorzugt werden, kann man sie etwas länger oder etwas kürzer im Ofen lassen. Köstlich sind sie in jedem Fall. Die fertigen Kirschtomaten aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

Von den Spargelstangen die holzigen Enden abschneiden. Das Gemüse 4 Minuten in reichlich kochendem Wasser blanchieren. Abgießen und unter kaltem Wasser abschrecken — die Stangen sollen vollständig abkühlen. Gründlich abtropfen lassen, dann in eine Schüssel legen, 2 Esslöffel Olivenöl dazugeben, salzen und pfeffern und durchheben.

Die Zucchini der Länge nach mit einer Mandoline (einem großen Gemüsehobel, der

die Küchenarbeit entscheidend erleichtert) oder einem Sparschäler in sehr dünne Scheiben schneiden. Mit 1 Esslöffel Olivenöl und etwas Salz und Pfeffer mischen.

Eine Grillpfanne bei hoher Temperatur auf den Herd stellen und sehr heiß werden lassen. Die Zucchinischeiben und die Spargelstangen anbraten, nach 1 Minute wenden. Das Gemüse sollte deutlich sichtbare Grillspuren aufweisen. Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

Die restlichen 3 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Manouri auf jeder Seite etwa 3 Minuten anbraten, bis er eine appetitlich goldbraune Färbung annimmt. Auf Küchenpapier verteilen, damit überschüssiges Öl aufgesogen werden kann.

Alternativ kann man den Käse auch etwa 2 Minuten pro Seite in der heißen Grillpfanne garen.

Für das Basilikumöl alle Zutaten in der Küchenmaschine oder im Mixer fein pürieren. Für manche Mixer muss die Zutatenmenge verdoppelt werden, damit die Schneideblätter richtig funktionieren. Nicht verwendetes Basilikumöl kann man in ein sauberes Schraubglas füllen und im Kühlschrank für eine andere Gelegenheit aufbewahren.

Zum Schluss die Rucolablätter, das Gemüse und den Käse schichtweise auf einer flachen Platte anrichten. Den Salat so arrangieren, dass die einzelnen Komponenten erkennbar sind. Mit so viel Basilikumöl beträufeln, wie Sie möchten, und servieren.