

Ofengeröstete Wachteln

auf lauwarmem Tomaten-Sellerie-Salat mit Baumnüssen und Harissa



Zutaten für 4 Personen

Wachteln

- 4 Wachteln (für eine Vorspeise reichen 2)
- je 1 EL Fenchel-, Kardamom-, Kreuzkümmel- und Koriandersamen (bereits trocken geröstet und gemahlen) oder 1 EL «Ras el Hanout»-Gewürzmischung
- 1 Prise getrockneter Chili
- 4 EL Olivenöl «extra vergine»
- etwas Zitronensaft
- 12 Dattel- oder Strauchtomaten
- ½ EL Rotweinessig
- 1 Knollensellerie
- 1 Radicchio rosso
- 24 Baumnusshälften

Dressing

- 2 EL Crème fraîche
- 1 EL Dijon Senf

Majoran-Öl

- 1 Bund Majoran
- 100ml Olivenöl «extra vergine»

Zubereitung:

Blättchen vom Majoran abzupfen. Backofen auf 200°C vorheizen. Majoranblättchen zusammen mit etwas Meersalz im Mörser zermahlen, langsam das Olivenöl einrühren.

Wachteln mit Küchenschere längs halbieren, Rückgrat wegschneiden, gut waschen. In einer Schüssel mit den Gewürzen und dem Chili gut mischen, etwas Olivenöl und Meersalz darüber geben. Tomaten längs halbieren, auf ein Blech legen, Rotweinessig, etwas Olivenöl und Meersalz darüber geben.

Die Wachteln auf das Backofengitter legen und auf oberster Rille in den Ofen schieben. Das Blech mit den Tomaten darunter einschieben, 10 – 12 Minuten rösten. Wachteln nach 5 Minuten umdrehen.

In der Zwischenzeit den Sellerie schälen und in 2 mm dünne Scheiben schneiden. Diese dann zu 5 mm breiten Julienne-Stäbchen verarbeiten. Sofort in kaltes Zitronenwasser legen, damit sie nicht braun anlaufen.

Baumnüsse kurz in beschichteter, trockener Pfanne etwas rösten und grob hacken.

Für das Dressing Crème fraîche mit dem Dijon Senf mischen und leicht salzen. Wachteln aus dem Ofen nehmen, auf heissem Teller mit Folie bedecken und ziehen lassen.

Radicchio rüsten und Blätter mit Zitronensaft, Olivenöl, Meersalz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle mischen. Juliennestreifen vom Sellerie mit Crème fraîche mischen.

Radicchio-Blätter, Selleriesalat und Ofentomaten auf Teller arrangieren. Wachtelhälften oben draufsetzen, mit Baumnüssen und dem Majoran-Öl beträufeln. Nach Belieben Harissa oder auch eine Mayonnaise, geröstete Feigen und schwarze Oliven dazugeben.