



# Hier und heute

## **Festlicher Caesar Salat**

Alexander Wulf serviert einen festlichen Caesar Salat mit zartem Hähnchen, saftigen Orangen und knusprigen Parmesanchips.

### **Das Rezept**

von Alexander Wulf für 4 Personen

#### **Zutaten für den Salat**

- 4 kleine Romanasalatköpfe, geputzt, gewaschen und in grobe Stücke geschnitten
- 2 Hähnchenbrüste mit Haut
- etwas Butterschmalz zum Anbraten
- Salz und Pfeffer
- Filets von einer Orange (Saft auffangen)
- Kerne eines ½ Granatapfels
- eine Handvoll Walnüsse

#### **Zubereitung**

Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite mit einem Schuss Butterschmalz kross anbraten. Nach ca. zehn Minuten drehen und nochmals für drei Minuten ziehen lassen. Wenn die Hähnchenbrüste in der Pfanne etwas abgekühlt sind, dünn aufschneiden. Das Fleisch erst kurz vor dem Servieren auf den Salat geben.

**Tipp:** Zu dem Salat passen auch wunderbar Garnelen, Ente oder Rinderfiletstreifen.

#### **Zutaten für das Dressing**

- 100 ml Mayonnaise (selbstgemacht oder gekauft)
- 20 ml Orangensaft
- 15 g Senf, fein
- 20 ml Zitronensaft
- 1 Stück Sardelle
- 1 Knoblauchzehe klein geschnitten
- 20 ml Olivenöl
- 20 ml Läuterzucker
- 30 g Parmesan, gerieben/gehobelt
- Salz und Pfeffer

#### **Zubereitung**

Die Dressing-Zutaten, bis auf den Parmesan, gut miteinander vermengen, bis eine dickflüssige Soße entsteht. Den Salat mit der Soße vermengen. Den gehobelten Parmesan dazugeben. Mit Orangenfilets und Walnüssen verfeinern. Den Salat mit warmer Hähnchenbrust, Croutons und Parmesan-Chips servieren.

**Tipp:** Wenn das Dressing mit gekaufter Mayonnaise gemacht wird, ist es länger haltbar. Wer mit frischem Ei arbeitet, sollte das Dressing am besten sofort verbrauchen.

#### **Zutaten für Parmesanchips**

- Pro Person 1 gehäufte EL Parmesan

#### **Zubereitung**

Parmesan auf einer Microplanreibe fein reiben oder die feine Reibe der Haushaltsreibe verwenden. Backblech mit Backpapier belegen. Im Backofen bei 160 Grad Ober-/Unterhitze



# Hier und heute

Sechs bis acht Minuten schmelzen lassen, bis er Farbe bekommt. Der Parmesan stockt und wird fest. Direkt nach dem Abkühlen schmecken die Chips besonders gut.

## Zutaten für die Croûtons

- 2 Scheiben Weißbrot, in Würfel geschnitten
- 50 ml Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe, angepresst
- 2 Zweige Thymian
- Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Das Brot mit dem Öl in einer Pfanne knusprig rösten. Knoblauchzehe anpressen und mit in die Pfanne geben. Etwas Thymian dazugeben. Immer wieder die Pfanne schwenken, damit alle Brotwürfel knusprig werden. Vorsichtig salzen und pfeffern. Zum Abtropfen auf Küchenpapier legen. Besonders lecker schmecken die Croûtons warm.

## Läuterzucker

Einen Teil Zucker mit dem gleichen Teil Wasser aufkochen, bis eine sirupartige Flüssigkeit entsteht. Dann in Flaschen abfüllen. Läuterzucker hält sehr lange und vereinfacht das Arbeiten mit Zucker.

## Zutaten für die Mayonnaise

- 150 ml Sonnenblumenöl
- 2 frische Eigelbe
- 1 TL Senf
- Saft von ½ Zitrone
- 1 EL Läuterzucker
- Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Eigelbe mit Senf vermischen. Zitronensaft, etwas Salz und Pfeffer und Läuterzucker dazugeben, 150 ml Sonnenblumenöl ganz langsam hineinlaufen lassen und währenddessen mit einem Schneebesen oder Pürierstab durchrühren, damit sich die Zutaten gut verbinden. Mit einem Pürierstab gelingt die Mayonnaise einfacher und sie wird dadurch auch feiner.