



Zutaten (für 4-6 Tacos)

- 500 g Polenta
 - wenige Safranstränge, in 100 ml Wasser eingeweicht
 - 1 Eierbecher Olivenöl
 - Salz
 - Pfeffer
- Für die Blutorange-Sauce Hollandaise:
- 2 Eigelb
 - 2 EL Blutorange-saft
 - 150 g Butter, geschmolzen
- Für die Taco-Füllung:
- 1 Bund grüner Spargel, Enden abgeschnitten, geschält und in gleichmäßige Längen geschnitten
 - 300 g Blauschimmelkäse (z. B. Saint Agur)
 - 1 Avocado, aus der Schale gelöst, in Stücke geschnitten, mit Zitronensaft beträufelt
 - frisch gepresster Blutorange-saft zum Ablöschen
 - 1 Tomate, gewürfelt
 - etwas Olivenöl

Chris Sandford: „‘Vegetarisch’ ist einfach ein Wort für die Herausforderung, die sich ergibt, wenn man ein Gericht zubereiten soll, das ohne Fleisch und Fisch anspruchsvoll im Kaugefühl ist, d. h. uns taktil im Gaumen befriedigt. Dieses Rezept ist so eines mit Texturen, Gerüchen und Geschmacksnoten von Dekadenz. Aber keine Angst, wenn es leicht kompliziert erscheint, darin liegt ja auch die Herausforderung. Außerdem können Bestandteile immer weggelassen, hinzugefügt oder ersetzt werden, ganz wie es der eigenen Geschmackspalette beliebt. Hin wie her ist hier die gute Gelegenheit, den Faktor Zeit in ‚Kreieren‘ und ‚Essen‘ eines ‚mal-etwas-anderen‘ Plancha-Gerichts umzuwandeln.“

Vegetarische Tacos

Rezept von Chris Sandford - Ausgabe 4-2018

Zubereitung

➤➤ Aus Polenta und Safran-Wasser einen Teig kneten. Keine Sorge, wenn der Teig etwas trocken erscheint, mit dem Öl wird er geschmeidiger. Je nach Körnung der Polenta kann aber tatsächlich noch etwas mehr Wasser nötig sein, um einen Teig herzustellen, der sich kneten und zu Bällen formen lässt. Die Bälle für 15 – 30 Minuten ruhen lassen. Dann zwischen Backpapier legen und ausrollen. Bis zur Verwendung im Papier lassen.

Keine Panik vor der Blutorange-Sauce Hollandaise: Hier lohnt sich der Einsatz, und hat man sie erst gemeistert, ist sie bei nächster Gelegenheit eindrucksvoll aus dem Handgelenk geschüttelt! Eine feuerfeste Form auf die heiße Plancha stellen, Eigelb und Blutorange-saft hineingeben, laufend rühren, bis die Mischung anfängt zu garen (d. h. leicht andickt, wie man es vom Wasserbad her kennt). Schüssel von der Plancha nehmen, da sie sonst zu heiß wird. Nun langsam die geschmolzene Butter einrühren, bis sich eine Mayonnaiseartige Konsistenz ergibt. Die Emulsion mit Salz abschmecken. Zur Seite stellen bzw. für den späteren Gebrauch warmhalten.

Die ausgerollten Fladen vorsichtig mithilfe des Backpapiers auf die heiße Plancha legen. Beidseitig garen, d. h. ebenso vorsichtig wenden.

Den Spargel mit etwas Olivenöl anrösten. In Bewegung halten. Wenn gar, aber noch gut knackig, die Avocadostücke dazugeben und für etwas Würze kurz danach den Käse. Die drei Bestandteile vorsichtig, aber gut vermischen und dabei großzügig mit Blutorange-saft ablöschen.

Nun die Tacos mit etwas Blutorange-Sauce Hollandaise bestreichen und die Füllung gleichmäßig verteilen. Die Tomatenwürfel dazufügen, mit ein wenig Orange-saft beträufeln.

Servieren und viel Spaß mit diesem leckeren Snack erleben, der außer dekadenter Textur viel Geschmack bietet.