

# Lauchherz, Lauch-Tomaten-Gemüse, Lauch-Schaum-Soße

**Für zwei Personen**

**Für die Lauchherzen:**

2 große Stangen Lauch

Salz

Butter

Pfeffer

4 EL Olivenöl

**Für die Lauch-Schaumsauce:**

1 Lauchstange

1 Knoblauchzehe

250 ml Weißwein

2 EL Olivenöl

Salz

4 weiße Champignons

50 ml Sahne

700 ml Gemüsefond

$\frac{1}{2}$  TL Stärke

Pfeffer

4 Schalotten

80 g kalte Butter

1 TL Ahornsirup

1 TL mildes Currypulver

**Für das Gemüse:**

150 g Lauch, von oben

1 EL Olivenöl

1 große Tomate

Salz

10 g Butter

**Für die Garnitur:**

4 Cockailtomaten

Knoblauchblüten

**Für die Lauchherzen:** Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Das Grün der Lauchstange abtrennen und zur Seite legen. Den weißen Teil der Lauchstangen einölen, salzen und circa 15 Minuten auf einem Backblech im Backofen schmoren, bis die äußerste Schicht leicht angekokelt ist. Anschließend herausnehmen, äußere Schicht ablösen, Stange dritteln und jeweils der Länge nach halbieren. In einer Pfanne mit Butter die Schnittflächen golden anbraten. Mit einer Prise Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Lauch-Schaumsauce:** Das Grün der Lauchstange abtrennen und zur Seite legen. Den weißen Teil der Lauchstangen grob kleinschneiden. Schalotten und Knoblauch abziehen und ebenfalls grob klein schneiden. Champignons grob kleinschneiden. Alles bei niedriger Temperatur in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Currypulver hinzugeben. Nach 3-5 Minuten Temperatur hochdrehen und kurz danach mit Wein ablöschen. Wein komplett reduzieren lassen und mit Fond aufgießen. Fond 10 Minuten einkochen und anschließend Sahne hinzugeben. Alles fein pürieren. Falls grobe Faserreste übrigbleiben, mit einem feinen Sieb passieren. Erneut aufkochen und reduzieren, bis die Sauce etwas anzieht. Falls notwendig mit etwas in Wasser aufgelöster Stärke abbinden. Vom Herd nehmen und mit Butter und Pürierstab aufmontieren. Mit Ahornsirup, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für das Lauch-Tomaten-Gemüse:** Das zur Seite gelegte Lauchgrün in 3 mm feine Ringe schneiden.

Tomate schälen, entkernen und ganz fein würfeln. Bei mittlerer Hitze Tomatenstücke und Lauchgrün in eine Pfanne geben und in Olivenöl und Butter circa 10 Minuten langsam garen. Mit Salz würzen.

**Für die Garnitur:** Tomaten in dünne Scheiben schneiden und mit Knoblauchblüten als Garnitur verwenden.

Tomaten-Lauchgrün in die Mitte der Teller geben. Aufgeschäumte Lauchsuppe darüber geben. Gebratene Lauchherzen in der Mitte platzieren und mit Tomatenscheiben und Knoblauchblüten garniert servieren.

Antonie Letizia Tür am 01. Juli 2025