

Brokkoli-Kräuter-Terrine mit Möhren-Salat

Für 4 Personen

500 g Brokkoli	Salz	12 Wachteleier
1 TL Fenchelsamen	500 ml Sahne	10 g Agar Agar
1 EL scharfer Senf	1 Bund Frühlingskräuter	Muskat
500 g Möhren	1 Prise Zucker	3 EL milder Apfelessig
4 EL Sonnenblumenöl		

Die Terrine muss mindestens 2 Stunden kühlen und gelieren. Den Brokkoli putzen, in Röschen teilen und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Brokkoli abtropfen lassen. Zusätzlich gründlich trocken tupfen oder z. B. in einer Salatschleuder trocken schleudern.

Wachteleier in kochendem Wasser 3 Minuten garen. Eier kalt abschrecken, pellen und ebenfalls trockentupfen.

Fenchelsamen fein mörsern. Die Sahne aufkochen, mit Salz und Fenchelsamen abschmecken. Agar Agar einrühren und ca. 1 Minute köcheln lassen. Dann 1 EL Senf unterrühren.

Kräuter abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Kräuter unter die Sahne mischen, mit Muskat würzen.

Eine Terrinenform (ca. 1,5 l Inhalt) mit Folie auslegen.

Brokkoli und Wachteleier in die Form schichten. Die Sahne angießen, sodass alle Zutaten bedeckt sind. Mit Folie bedeckt mindestens 2 Stunden durchkühlen und gelieren lassen.

Für den Möhrensalat Möhren putzen, schälen und in feine Scheiben hobeln oder schneiden.

Möhren mit Salz, Zucker, Essig und Sonnenblumenöl in einer Schüssel gründlich vermischen, ziehen lassen.

Möhrensalat nochmals mit Salz, Zucker und Essig abschmecken.

Terrine aus der Form stürzen, die Folie entfernen. Terrine in Portionsstücke schneiden, mit Möhrensalat anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 10. April 2019