

Sommerliche Salatvariationen

Frisch auf den Tisch

Qualität und Frische haben Priorität in der Küche des Wiesenhofs. Gemüse und Salate kommen daher vom Tiroler Biobauern. Leichte und vitaminreiche Salatgerichte gehören zum Wiesenhof-Sommer einfach dazu. Küchenchef Hansjörg Schulz und sein Team zeigen, wie's geht.

„Was der Gast in der Sommersaison an Gemüse und Salat auf den Tisch bekommt, das war noch am selben Morgen auf dem Feld“, versichert Hansjörg. Das bedeutet: Am Abend bestellt das Wiesenhof-Team beim Bauern in Thaur bei Innsbruck die Zutaten für den nächsten Tag. Diese werden morgens um fünf geerntet und abgeholt. Hansjörg und seine Mitarbeiter zaubern daraus schmackhafte und sommerlich leichte Gerichte. Im wahrsten Sinne des Wortes frisch auf den Tisch – das gilt natürlich auch für die Zutaten zu

den Salatvariationen, die Hansjörg dieses Mal für *HERZlichst ... der Wiesenhof* zubereitet. Unterstützt wird er dabei von Jungkoch Patrick und vom Auszubildenden Sebastian. Und was ist außer der Frische noch besonders wichtig bei einem Salat? Das Dressing natürlich! Hansjörg, Patrick und Sebastian verraten die Zubereitung von drei Dressings, die vor allem zwei Dinge gemeinsam haben: Sie sind im Nu gemacht und bilden die perfekte Abrundung für einen Sommersalat.

Limettendressing ...

... rundet beispielsweise einen Rohkostsalat wunderbar ab. Dafür schneidet Patrick die Rohkost – je nach Geschmack sind das zum Beispiel Karotten, Kohlrabi und Lauchzwiebeln – in Spalten. Diese werden zusammen mit Ziegenkäsebällchen und einigen Salatblättern auf Tellern angerichtet. Zur Abrundung und Dekoration dienen Pistazienkerne.

Zubereitung Dressing

Naturtrüben Limettenessig in eine Schale geben, Maiskeimöl einrühren. Verhältnis Essig zu Öl: 1 zu 2. Etwas Honig hinzugeben und kräftig durchrühren. Die abgeriebene Schale einer Limette verleiht einen spritzig-fruchtigen Geschmack. Abschließend eine Prise Zucker hinzugeben.

Lime dressing ...

... adds the finishing touches to a salad of fresh vegetables, for example. Patrick cuts the carrots, stem cabbage and spring onions (for example) into strips, which are then arranged with balls of goat's cheese and a few salad leaves, garnished with pistachio nuts, on the serving dishes.

Instructions

Pour unfiltered lime vinegar into a bowl and mix in corn seed oil (one part vinegar to two parts oil). Add a little honey and mix well. Grated lime peel adds a fruity, zesty flavour. Top the finished product with a prise of sugar.



Traubenkern-Balsamico-Dressing ...

... passt besonders gut zu einem Blattsalat mit Feldgurken und Spitzen von grünem Spargel. Sebastian blanchiert den Spargel und richtet ihn zusammen mit dem Blattsalat auf Tellern an. Die ungeschälten Feldgurken werden in Scheiben geschnitten und am Rand angerichtet. Einige Karottenspalten bilden den farblichen Akzent.

Zubereitung Dressing

Balsamico-Essig und Traubenkernöl im Verhältnis 1 zu 2 vermengen. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Zum Schluss folgt die Prise Zucker, die jedem Dressing ein wenig die Säure nimmt und es so abrundet.

Grape seed oil and balsamico dressing ...

... is ideal for leaf salads with orange cucumbers and green asparagus spears. Sebastian blanches the asparagus and arranges it with the leaf salad on serving dishes. The unpeeled orange cucumbers are sliced and placed around the edge. A few strips of carrot add a welcome touch of colour.

Instructions

Mix one part balsamico vinegar to two parts grapeseed oil. Season with ground salt and pepper. Finally, add the prise of sugar that softens the sour note in any dressing.



Tipp

Sollen Essig und Öl für ein Dressing gemischt werden, so gilt: Erst den Essig in die Schale füllen und anschließend das Öl langsam zugeben und einrühren. Es entsteht eine sogenannte Emulsion, eine Bindung zwischen den Zutaten. Würde man die Reihenfolge vertauschen, so würde sich das Dressing bald wieder in seine Bestandteile Essig und Öl trennen.

Tip

If you want to mix vinegar and oil to make a dressing, pour the vinegar into the bowl first and then slowly add the oil, mixing it in as you do so. This creates what is referred to as an emulsion in which the two ingredients bond together. Mix them the other way round and your dressing will soon revert to the two separate components, vinegar and oil.

