

Stand

Benjamin Morris

Erdei fűszernövény vichyssoise, pirított fenyőmagok, quinoa, fürjtojás

Leves -

<i>Hozzávalók</i>	<i>Mennyiség</i>
hagyma (kockázva)	150g
burgonya	400g
póréhagyma	200g
fokhagyma	10g
szőlőmagolaj	60g
vad turbolya	300g
medvehagyma	60g
zöldségalaplé	1l
technika	<p>Tegyük az olajat és a hagymát egy edénybe, és alacsony hőfokon kezdjük lassan karamellizálni, amikor majdnem kész, adjuk hozzá a szeletelt póréhagymát puhulni.</p> <p>Szűrjük le az olajat, addig amíg csak a hagyma és a póréhagyma marad. Tegyük vissza az edénybe, és adjuk hozzá a burgonyát, és a zöldségalaplevet, alacsony hőfokon addig főzzük, amíg a burgonya megpuhul.</p> <p>Ízesítsük sóval és borssal, majd hagyjuk lehűlni.</p> <p>Forró vizet használva blansírozzuk a turbolyát és a medvehagymát 10 másodpercig, majd jégfürdőben hűtsük le.</p>

	<p>Amikor a leves lehűlt, egy blender segítségével turmixoljuk össze a levest a blansírozott növényekkel, majd chinois-on paszírozzuk át, hogy selymes textúrát kapjunk.</p> <p>Javaslat – tartsunk vissza egy kevés zöldségalaplevet, mert amikor turmixoljuk, szükség lehet egy kevésre, hogy elérjük a vágyott textúrát.</p>
--	---

Turbolya olaj

<i>Hozzávalók</i>	<i>Mennyiség</i>
turbolya (blansírozott)	500g
szőlőmagolaj	500g
technika	turmixoljuk össze a hozzávalókat, amíg 60°C-t el nem éri, csöpögtessük le „pelenkán”

Fürjtojás

<i>Hozzávalók</i>	<i>Mennyiség</i>
10% ecet	300g
víz	300g
fürjtojás	20 db
technika	<p>Keverjük össze az ecetet és a vizet, adjuk hozzá a fürjtojásokat 20 percre. Ez segít megpuhítani a tojáshéjat, megkönnyítve a pucolást.</p> <p>Forraljunk vizet, majd adjuk hozzá a tojásokat, és forraljuk 1 perc 50 másodpercig. Távolítsuk el a tojásokat és helyezzük jégfürdőbe.</p> <p>Mikor megpucoltuk, tartsuk szőlőmagolajban. Ez lehetővé teszi, hogy tárolás közben ne repedjenek szét.</p>

Quinoa

<i>Hozzávalók</i>	<i>Mennyiség</i>
Quinoa	100g
víz	300g
só	10g
repceolaj	500g
technika	Forraljuk fel a vizet és a sót, majd adjuk hozzá a quinoát és forraljuk 2 percig. Szűrjük le a vizet, és hagyjuk a quinoát meleg helyen, levegőn száradni 30 percig. Melegítsük fel az olajat 160°C-ra, és adjuk hozzá a quinoát, majd süssük aranyszínűre és ropogósra. Kb. 2-3 percet vesz igénybe.

Fenyőmagok – egy serpenyőben pirítsuk meg

A leves körete – egy leveses csészébe/tányérba, 1 fűrtojás félbe vágva, pirított fenyőmag, ropogós quinoa, friss turbolya és friss fenyő. A levest egy porcelán kiöntőből (hideg) szervírozzuk a turbolyaolajjal