



## Gemüse mit Kräutern und Pistaziensaft

- für 4 Personen -



### Zutaten:

3 Stangen Spargel (dicke Stangen)  
6 größere Kirschtomaten  
4 Essl. frische Erbsen  
2 Stangen Frühlingslauch  
¼ Sellerie  
6 Kaiserschoten  
Zimtöl  
1 Bio Orange  
130 g sehr grüne Pistazien  
2 handvoll gemischte Kräuter (Pimpinelle, Borretsch, Kerbel, Dill, Schnittlauch)  
2 Essl. Enokipilze  
¼ grüner Apfel  
1 Zitrone  
Olivenöl  
Salz  
Pfeffer

### Zubereitung:

Für den Pistaziensaft 400ml Wasser aufkochen und auf die Pistazien geben. Die Pistazien 1 Tag einweichen lassen. Am nächsten Tag die Pistazien mit Fond mixen und durch ein dünnes Tuch drücken. Den Pistaziensaft mit Salz, Pfeffer und etwas Chiliöl (wenn vorhanden) abschmecken.



Vom grünen Apfel das Kerngehäuse entfernen, in einen sehr kleinen Topf geben und mit etwas Wasser, den Apfel nicht ganz bedeckend, angießen. Den Apfel abgedeckt schaumig-weich garen.

Die Kräuter zupfen, waschen und trocken schleudern.

Von der Orange die Schale abreiben und mit etwas Olivenöl vermischen.

Die Kirschtomaten halbieren und die Tomatenkerne mit einem kleinen Messer vorsichtig herausschneiden. Die Tomatenkerne mit der Rundung nach oben auf einen Teller geben.

Den Spargel vom Kopf zum Stiel schälen und die Enden des Spargels abschneiden. Den Spargel schräg in 3 cm lange Stücke schneiden. Den Sellerie schälen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. Das Grün des Frühlingslauchs in 3 cm lange Stücke schneiden, das Weiße in feine Ringe schneiden. Die Kaiserschoten halbieren.

#### **Fertigstellen:**

Den Spargel in Wasser mit Zucker und Salz ca. 2 Minuten kochen und im Sud 5 Minuten ziehen lassen. Der Spargel sollte weich sein, aber nicht musig. Die Tomatenkerne mit Salz, Pfeffer und etwas Zimtöl würzen. Den Sellerie in Sahne weich garen. Die Kaiserschoten, den grünen Frühlingslauch und die Erbsen im Dampfgarer bei 102 Grad und 100% Feuchtigkeit 1 Minute garen. Die Kräuter auf ein kleines Tablett geben, etwas geschmorten Apfel, die Frühlingslauchringe und die Enokipilz auf die Kräuter verteilen. Die Kräuter mit etwas Olivenöl, einigen Tropfen Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

#### **Anrichten:**

Die Gemüse und Tomatenkerne in tiefen Tellern abwechselnd sternförmig verteilen.

Den Spargel mit etwas Orangenschale bepinseln. Die Kräuter vermischen und auf die Gemüse verteilen. Etwa 2 Essl. Pistaziensaft dazu geben.

Apfelwürfel und abdecken mit einem Sellerietaler. Die frittierten Brunnenkresse mit der frischen Brunnenkresse, den feinen Selleriewürfeln vermischen und mit etwas Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Von der Brunnenkresse jeweils etwas auf die Sellerietürmchen geben und mit 1 Essl. Mandelsaft umgießen.