

Tarik Rose
Karamellisierter Camembert
mit Feigen-Zwiebel-Chutney

Montag, 4. September 2023

Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Mediterran, Vegetarisch

Zutaten:

Für das Chutney

2	rote Zwiebeln
150 g	frische oder getrocknete Feigen
1/2 Zweig	Rosmarin
2 EL	Olivenöl
2 EL	Honig
200 ml	Rotwein, alternativ: Preiselbeersaft
1 TL	Senfsaat
3 EL	Apfel-Balsamico
etwas	Salz

Für den Salat:

200 g	Blattsalat
1/2	Zitrone
1 TL	Honig
2 EL	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle

Für Brot und Käse

150 g	Baguette
1	Knoblauchzehe
etwas	Olivenöl
etwas	Salz
300 g	Camembert, groß
2 EL	Honig

Zubereitung:

1. Für das Chutney die Zwiebeln schälen und in gleichmäßige Würfel schneiden.
2. Getrocknete Feigen ebenfalls würfeln.
3. Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen und fein schneiden.
4. Olivenöl in einer Pfanne erhitzt, die Zwiebelwürfel hineingeben und andünsten. Honig zugeben und goldgelb karamellisieren und mit Rotwein ablöschen. Senfsaat und die Feigenwürfel hinzufügen. Mit Apfel-Balsamico, 1 Prise Salz und den Rosmarinnadeln würzen.
5. Unter regelmäßigem Umrühren etwa 10-15 Minuten einköcheln lassen, bis das Chutney eine geleeartige Konsistenz hat. Dann in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.
6. Den Blattsalat putzen, waschen und trocken schleudern.
7. Für das Dressing von der Zitrone den Saft auspressen. Zitronensaft mit Honig, Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einem einfachen Dressing vermischen.
8. Baguette in dünne Scheiben schneiden.
9. Knoblauch schälen, halbieren und mit der Schnittfläche die Brotscheiben einreiben.
10. Die Brotscheiben mit Olivenöl bepinseln und leicht salzen. Dann die Brote in einer Pfanne (z.B. Grillpfanne) von beiden Seiten goldbraun rösten.
11. Den Camembert im Ganzen rundum mit Olivenöl einreiben. Dann von beiden Seiten Honig auf dem Käse verreiben. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze von beiden Seiten den Käse goldbraun karamellisieren, bis er von innen weich und schmelzig ist.



12. Kurz vor dem Servieren, das Dressing nochmals durchrühren und den Blattsalat damit marinieren.

13. Den weichen, karamellisierten Käse aus der Pfanne nehmen, in Stücke schneiden und mit dem Chutney, dem Salat und dem Brot servieren.

Pro Portion: 700 kcal/ 2930 kJ

54 g Kohlenhydrate, 20 g Eiweiß, 42 g Fett