

Hier und heute



Tomatensalat mit Feta und Holunderblütendressing

Wenn es im Sommer heiß wird, brauchen wir leichte, erfrischende Gerichte. Sterneköchin Julia Komp macht einen Klassiker, den sie raffiniert verfeinert: einen Tomatensalat mit Feta und Holunderblütendressing.

Rezept

Tomatensalat mit Feta und Holunderblütendressing

von Julia Komp

Zutaten Holunderblütensirup

- 1 kg Zucker
- 1 l Wasser
- 1 Bio-Zitrone (Saft und Schale)
- ½ halber Eimer frisch gezupfte Holunderblüten

Zubereitung

Wasser aufkochen, Zucker dazu geben und auflösen. Blüten bei circa 60 Grad dazu geben, ziehen lassen.

Nach einer Woche im Kühlschrank in Gläser oder Flaschen füllen und im Ofen dämpfen, damit es haltbar bleibt.

Zutaten Holunder-Knospen einlegen

- 350 g Wasser
- 150 g Essig
- 20 g Zucker
- 10 g Salz
- 1 Handvoll Holunderblüten
- 1 Handvoll Holunderknospen (die noch geschlossenen Blüten)

Zubereitung

Essig, Zucker und Salz in kochendes Wasser geben. Ein Einmachglas (1/2 Liter) mit Deckel oder ein Glas mit Schraubverschluss locker mit Holunderknospen und Blüten füllen. Den heißen Fond (max. 60 Grad) dazu geben und verschließen.

Mindestens sieben Tage ziehen lassen, maximal drei Wochen. Anschließend in Flaschen füllen.

Holunderblüten-Dressing

- Holunderessig von den eingelegten Knospen
- evtl. zusätzlich noch etwas weißer Balsamico, je nach Säure
- 1 EL Holunderblütensirup
- Salz
- Pfeffer
- feines, neutrales Öl, z. B. Traubenkernöl

Zubereitung

Essig mit Salz und Pfeffer glatt rühren, Öl langsam dazu geben, damit eine Emulsion entsteht.

Zutaten für den Salat

- 1 kg gemischte, bunte Tomaten
- 2 Schalotten
- 400 g Feta,
- etwas Olivenöl
- frischer, gehackter Thymian

Zubereitung

Tomaten in verschiedene Formen schneiden, Schalotten in Ringe schneiden.

Feta bröseln, mit Olivenöl und frischem, gehackten Thymian marinieren.

Tomaten auf einem Teller verteilen und mit dem Holunderblüten-Dressing beträufeln. Feta dazu geben und mit den eingelegten Holunderknospen dekorieren.

Dazu passt leckeres Körnerbrot.