Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Tricks aus der Profiküche: Braune Senfkörner

Geheime Geschmacksbomben

Es sind die kleinen Besonderheiten, die mich neugierig machen. Warum glänzt das Brot vom Kollegen so schön? Warum sind die Springerle von Christina Richon mürber und weicher, als die mir sonst servierten Betongutsle? Warum erfreuen mich Soßen und Salatdressings in manchen Restaurants mehr als sonst wo?

Geht es um Salatsoßen, behaupte ich: wähle ich einen sehr guten Essig, sehr gutes Öl, Salz, Pfeffer, eine Prise Zucker und einen Teelöfffel allerbesten Senf und eine handvoll frische Gartenkräuter - dann werden die gesunden Salatpflänzchen zur Delikatesse. Mit etwas Liebe lässt sich dieser Genuss noch steigern. Wie?

Der Geheimtipp: Eingelegte braune Senfkörner

Zutaten

- 100 g braune Senfkörner (gibt`s im Reformhaus oder in der Apotheke)
- 60 ml Gemüsebrühe
- 60 ml Apfelsaft
- 60 ml Apfelessig
- 2 EL Honig
- 2 EL Zucker
- 2 Lorbeerblätter
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Die Senfkörner in einem feinmaschigen Sieb gründlich waschen. Dann in eine Schüssel geben und mit Wasser gut bedecken. Über Nacht einweichen. Am nächsten Tag die Senfkörner abseihen und nochmals 3 x gründlich waschen. In einem Topf 1 Liter Wasser mit einem El Salz erhitzen. Die Senfkörner 2 Minuten kochen. Dann nochmals abseihen und kurz gut kalt abwaschen.

Nun die Gemüsebrühe, Apfelsaft, Essig, Honig, Zucker, Salz und Pfeffer im Topf aufkochen. Die Senfkörner und das Lorbeerblatt zugeben und sanft ca. 10 Minuten köcheln lassen. Noch heiß in ein sauberes Glas füllen und verschließen. Vor der Verwendung erst zwei Wochen ruhen lassen.

Tipp: Die eingelegten Senfkörner runden Salatdressings ab. Zudem geben sie Soßen, Pürees, Reis, sauer Eingelegtem und Chutneys eine knackig pikante Note. Ich mische etwas Senfkörner mit Kalbsleberwurst und streiche diese reichlich auf heimische Brotseelen mit Kümmel - ein Gedicht.