

Grillen mit Ivana und Adnan

Puten-Roulade und Beluga-Linsen-Salat



Rezept für 4 Personen

Zutaten Putenroulade:

- 2 (0,5 – 1 kg) Putenkeulen, trocken getupft
- 4 TL Salz
- 2 TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für die Füllung:

- 150 g Blattspinat
- 80 g Walnüsse
- ca. 250 g Ricotta
- Abrieb von einer Zitrone
- Salz
- Pfeffer

Sonstiges:

- Küchengarn

Zubereitung:

1. Knochen aus der Putenkeule entnehmen: Dazu vorsichtig entlang dem Keulenknochen schneiden und ihn vom Fleisch trennen. Darauf achten, das Fleisch und die Haut um das Gelenk herum nicht durchzustechen. Am besten mit der Messerspitze um das Gelenk herumfahren, bis es frei liegt. Den Knochen entfernen und für später aufbewahren.
2. Füllung: Blattspinat in grobe Stücke schneiden und eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen, den Spinat kurz darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne die Walnüsse auch kurz anbraten und klein hacken. Die gerösteten und gehackten Walnüsse, Zitronenabrieb und den Ricotta verrühren, den angebratenen Spinat unterrühren.
3. Aufrollen: Die ausgenommene Putenkeule mit der Hautseite auf einem Brett nach unten ausbreiten und mit der Ricotta-Spinatfüllung bestreichen. Mit etwas Salz bestreuen. Das Fleisch vorsichtig und richtig satt aufrollen. Mit der Nahtseite nach unten auf eine Arbeitsfläche legen.
4. Die Keulen mit einer Fleischerschur in Abständen von ca. 2 Zentimeter festbinden.
5. Die gerollte Keule mit Salz und Pfeffer einreiben und vorsichtig auf den Grill legen, bis die Haut auf allen Seiten knusprig ist etwa 40 Minuten. Dann 5 Minuten ruhen lassen. Zum Servieren in ca. ein Zentimeter große Scheiben schneiden.

Zutaten für den Beluga-Linsen-Salat:



- 50 g Anchovis in Öl
- 1 eingelegte Zitrone
- 400 g Spargoli / normalen Brokkoli
- 1 rote Chilischote
- 250 g Beluga Linsen

Zubereitung:

1. Spargoli oder Brokkoli in kleine Röschen schneiden und auf den Grill legen. Braun anbraten. Vom Feuer nehmen und in eine Schüssel geben; mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermischen und etwas einziehen lassen.
2. Dressing: Sardellen mit Öl und etwas Zitronensaft in den Mörser geben und mahlen, bis die Masse glatt ist.

3. In einem Topf Wasser erhitzen, Salz dazu geben, die Linsen begeben und ca. 20 Minuten köcheln.
4. Die fertigen Linsen auf einer Platte verteilen, den Brokkoli/Spargoli dazu geben, Dressing darüber geben. Chilischoten in Streifen schneiden und mit ein paar Scheiben Radieschen und etwas Orangenabrieb das Linsengericht schmücken. Zum Abschluss noch etwas Olivenöl drüber träufeln.