

In Rooibos eingelegter Felsenoktopus mit warmen Tomatensalat, Mohnöl und Kren

Rooibosfond

2 l Wasser
20 g Rooibostee (Reformhaus)
3 Limettenblätter
3 Scheiben Ingwer
2 St. Sternanis
1 Tl Fenchelsamen
1/16 l Himbeeressig
1/8 l Weißwein
Pfefferkörner, Thymian, eine kleine Zimtstange

Oktopus

1 St. Oktopus ca. 1 kg
Oktopus in reichlich Wasser 10 Minuten blanchieren
Kalt abschrecken und Tentakel von Kopf trennen
Im Rooibosfond ca. 2 Stunden pochieren.
Fond abpassieren und einkochen lassen.
Oktopus in Einmachgläser geben und mit Rooibosfond auffüllen.
Mindestens 3 Tage stehen lassen.

Warmer Tomatensalat

500 g kleine Strauchtomaten
6 El Mohnöl
3 EL Tomatenessig (Gegenbauer)
Zucker, Salz, Pfeffer, frischer Basilikum.
Tomaten mit Butter, Salz und etwas Zucker im Rohr langsam braten.
Aus Essig, Öl und Gewürzen eine Vinaigrette bereiten.
Breite Bohnen in Rauten schneiden und in Salzwasser weichkochen.
Tomaten und Bohnen warm mit Vinaigrette marinieren.

Oktopus in Butter langsam braten und mit Rooibosfond glacieren.
Gefällig anrichten und frischen Kren darüberreiben.