



Balleron mit Bärlauchsenf und Bohnen-Erbsensalat

Der Balleron, die dicke Aufschnittwurst aus feinem Brät aus Schweine- und Kalbfleisch ist der Lyoner-Wurst ganz ähnlich, aber eben viel dicker. Meist ist sie mit gewürfelter Rindszunge und manchmal auch mit Pistazien angereichert. Man kann sie kalt aufschneiden, sie schmeckt aber auch heiss ausgezeichnet. Würziger Senf mit Bärlauch ist eine gute, pikante Ergänzung zu dieser milden, delikaten Wurst.

Dazu ein währschafter Salat mit Kidney-Bohnen, getrockneten Erbsen und frischen Bohnen, gut gewürzt mit Knoblauch und Peperoncino. Getrocknete Erbsen sind recht geschmackvoll, sie müssen aber wie die Kidney-Bohnen über Nacht eingeweicht werden. Man findet sie am ehesten im gut sortierten Italienerladen.

Zutaten (2 Portionen)

- 1 Balleron, ca. 450g
- 60g Kidney-Bohnen
- 50g getrocknete Erbsen
- 80g grüne Bohnen, gefroren
- 4El Sonnenblumenöl
- 2El weisser Balsamico
- 1 Zwiebel, ca. 50g
- 1 grosse Knoblauchzehe
- 3-4cm Peperoncino

(Die Zutaten für den Salat sind eher reichlich bemessen)

Bärlauchsenf:

- 2Tl Sauerrahm
- 3Tl Dijon-Senf
- 2Tl Bärlauchpesto (ohne Parmesan)
- 1 Prise Salz

Zubereitung

Kidney-Bohnen und Erbsen separat über Nacht (min. 12 Stunden) in kaltem Wasser einweichen.

Kidney-Bohnen und Erbsen nacheinander (oder separat) in nicht gesalzenem Wasser weich kochen: Kidney-Bohnen ca. 50 Minuten. Erbsen ca. 40 Minuten.

Grüne Bohnen mit Kräutersalz würzen und im Dampfsieb zugedeckt ca. 12 Minuten dämpfen. Auskühlen lassen und zu 1cm langen Stücken schneiden.

Zwiebel vierteln und zu Scheiben schneiden. Knoblauch klein hacken. Peperoncino längs halbieren, die sehr scharfen Kerne herausschaben und die Schote zu feinen Streifen schneiden, alles mit Sonnenblumenöl und Balsamico vermischen. Sauce salzen.

Kidney-Bohnen und Erbsen abschütten und jeweils noch heiss unter die Sauce mischen. Grüne Bohnen unter den Salat mischen. Den Salat mindestens ein halbe Stunde ziehen lassen. Danach eventuell mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Balleron 40 Minuten in 80-85° heissen Wasser ziehen lassen.

Bärlauchsenf nebenbei zubereiten:

Alle Zutaten vermischen und 1 Stunde ziehen lassen.







