

## Rezept

# Wachtel mit Rotkohlsalat und Quittenvinaigrette

Ein Rezept von Wachtel mit Rotkohlsalat und Quittenvinaigrette, am 19.04.2024

## Zutaten

½ Apfel- oder Birnenquitte (150 g)	1 EL Zucker
100 ml Apfelsaft	350 g Rotkohl (ohne Strunk)
3 EL Apfelessig	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	3 EL Traubenkernöl
1 Prise gemahlener Zimt	1 Prise gemahlener Piment
2 Wachteln (à 200 g)	2-3 Zweige Thymian
1 TL kalte Butter	2 EL Traubenkernöl
80 ml roter Portwein	Einweghandschuhe

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 555 kcal

## Zubereitung

1. Die Quitte schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Quittenstücke in ebenso dünne Streifen schneiden wie später den Rotkohl.
2. Den Zucker in einem kleinen Topf (18 cm Ø) erhitzen und hellbraun karamellisieren. Die Quittenstreifen dazugeben, mit Apfelsaft ablöschen und abgedeckt etwa 5 Min. bei geringer Hitze köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Quitten etwas auskühlen lassen.
3. Den Rotkohl in feine Streifen schneiden. Am besten verwenden Sie dazu Einweghandschuhe, da der Kohl sonst auf die Hände abfärbt. Die Rotkohlstreifen in eine Schüssel geben, mit Apfelessig, Salz und Pfeffer würzen, kräftig durchmischen und etwa 15 Min. ziehen lassen. Die Quittenstücke in ein Sieb abgießen, und mit den 3 EL Traubenkernöl unter den Rotkohlsalat mischen. Mit Zimt und Piment verfeinern. Evtl. noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat nochmals durchmischen.
4. Die Wachteln von innen und außen kalt abrausen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen. Dann Brüste und Keulen von der Karkasse, dem Knochengerüst, lösen. Anschließend die Flügelspitzen abschneiden und die kleinen Oberschenkelknochen der Keulen vorsichtig herauslösen. Den Thymian waschen, trocken schütteln und 1 Zweig zur Dekoration beiseite legen. Die Butter in kleine Würfel schneiden. Die Wachtelstücke mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Die 2 EL Traubenkernöl in einer großen Pfanne erhitzen. Thymian und Wachtelteile mit der Hautseite nach unten in das heiße Öl legen. 1 Min. bei mittlerer Hitze braten, wenden und wieder 1 Min. braten. Das entstandene Bratfett abgießen, Wachteln in der Pfanne mit dem Portwein ablöschen, kurz aufkochen lassen und die kalte Butter einrühren.

6. Den Salat mit den gebratenen Wachtelstücken auf Tellern anrichten. Mit dem beiseitegelegten Thymian garnieren und z. B. als weihnachtliche Vorspeise servieren.