

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: Vorspeisen

2013

112 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

Überbackener Chicorée mit Ziegenkäse und Honig	1
Asiatischer Hähnchen-Gemüse-Cocktail	1
Auberginen-Oliven-Bruschetta mit Parmesan	2
Bauern-Frühstück à la Horst	3
Bergkäse-Praline mit Pilzen	4
Blatt-Salat mit gebratenen Artischocken	5
Bunter Kichererbsen-Salat	5
Calamaretti mit asiatischer Mayonnaise und Pak-Choi	6
Cappuccino aus Spinat und gelbem Paprika	7
Carne Cruda von Kalb-Hüfte, Senf-Mayonnaise, Wachtel-Ei	8
Carpaccio vom Rinder-Filet mit Pesto vom grünen Spargel	8
Confierter Saibling mit Kartoffel-Zucchini-Spaghetti	9
Crostini mit Rosmarin-Birnen, Radicchio und Gorgonzola	10
Dreierlei Matjes-Sushi	11
Dreierlei Melone mit Serrano-Schinken	12
Enten-Brust mit Mango-Chutney	13
Erdbeeren im Tempura-Teig mit Rinder-Tatar	13
Falafel mit Joghurt-Soße und Naan	14
Focaccia mit Tomaten und Mozzarella	15
Forellen-Filet in Weißwein-Marinade	15
Frühlingsrolle mit Curry-Chili-Vinaigrette	16
Gazpacho mit Ziegenkäse-Cracker	17
Gebackene Pilze mit gebratenem Bacon	18
Gebackener Camembert, Schwarzbrot, Radieschen-Salat	18
Gebeizter Gewürz-Lachs auf Zuckerschoten-Papaya-Salat	19

Gebratener Manchego-Käse mit Zwiebel-Marmelade	19
Gebratener Ziegenkäse mit Walnuss-Honig-Dressing	20
Gefüllte Kartoffeln mit Kräuter-Creme und Lachs-Tatar	20
Gefüllte Tomate mit Melisse, Quark und Pimento	21
Gefüllte Zucchini-Blüten mit Zucchini-Salat	22
Gegrillter Kürbis mit Ziegenkäse und Apfel	22
Gemüse-Salat mit Sprossen und Sesam-Hähnchen	23
Geräucherte Enten-Brust-Scheiben mit eingelegtem Kürbis	24
Geschüttelte Chicken Fingers mit Süßkartoffel-Chips	25
Grüne Brunnenkresse-Essenz mit Räucherfisch-Zigarren	26
Grüner Spargel im Speck-Mantel mit Ziegenkäse-Wan Tans	27
Gratinierte Scampi auf Risotto mit Knoblauch-Sabayon	28
Gratiniertes Chicorée mit Orangen-Butter	29
Gratiniertes Frischkäse mit Tomaten-Chutney	30
Gratiniertes Kopfsalat mit Parmesan	31
Gratiniertes Fisch-Ragout in der Austern-Schale	31
Hütten-Brotzeit-Brettl	32
Hausers Spezial Spiegelei mit scharfer Mini-Currywurst	33
Heilbutt-Filet mit Sommer-Salat	34
Jakobsmuscheln mit glasiertem Chicorée und Nussbutter	35
Kartoffel-Blinis mit Vanille-Creme und Preiselbeeren	36
Kleine Käse-Zwiebel-Kuchen mit Birne	37
Kopfsalat mit Speck, Kartoffel-Dressing und Kernen	38
Kopfsalat-Lassi mit Matjes	39
Krabben-Apfel-Tatar	40
Lachs-Carpaccio mit Krebs-Fleisch und Schnittlauch	40
Lachs-Carpaccio mit Limetten-Marinade und Zucchini	41
Lachs-Omelett auf Toast mit Senf-Soße	42
Lachs-Timbale mit Joghurt-Anis-Soße und Feld-Salat	42
Lamm-Filets im Pancetta-Mantel, Bohnen-Radieschen-Salat	43
Lauch-Quiche	43
Lauwarmer Lamm-Bohnen-Salat	44

Linsen-Salat mit Wachteln und Balsamico	45
Möhren-Pancakes mit Tomaten-Salat	46
Mandarinen-Creme im Knusper-Teig	46
Mangold mit Käse-Croustillant und pochiertem Ei	47
Marinierte Forelle auf Sommer-Salat	48
Marinierter Gewürz-Lachs	49
Maronen-Schmarrn mit Gewürz-Apfel-Kompott, Granatapfel	49
Mille feuille aus Apfel, Roter Bete, Mayonnaise, Garnelen	50
Nudel-Salat mit Spargel und Crevetten	51
Püree von der Urkarotte mit Wachtel-Ei, Graubrot-Crumble	52
Pancakes mit Lachs-Tatar und frittiertem Dill	53
Petersilien-Schaum-Süppchen mit gebratener Garnele	54
Pfirsich-Kaltschale mit Schinken und Holzofenbrot-Rinde	55
Pochiertes Ei mit Salat von Steinpilzen, Parmesan-Creme	56
Pouarden-Sülze mit Haselnuss-Zitronen-Quark	57
Räucherlachs-Tatar	58
Radieschen-Wurst-Salat mit Ei-Dressing	58
Reibekuchen mit Räucher-Saibling, Meerrettich, Rucola	59
Reis-Taschen mit Erbsen-Sprossen und Garnelen	60
Ricotta-Aprikosen mit Mandel-Vinaigrette, Kartoffel-Stroh	61
Rillette von kaltem Schweine-Braten mit Gurken-Salat	62
Rosenkohl-Salat mit Birnen und Blauschimmel-Käse	63
Rote Bete Carpaccio mit Edel-Räucherfisch-Galetten	64
Rote Bete Salat mit Frischkäse-Dill-Crêpes	65
Rotkraut-Essenz mit gebratenen Pilzen	66
Rucola-Salat mit Parma-Schinken, Wachtelei und Focaccia	67
Süßkartoffel-Royal mit Berberitzen und Blumenkohl	68
Sauerbraten vom Waller mit Rahm-Kohlrabi und Kirschen	69
Schwarzwurzel-Schaum mit Haselnuss-Öl, Bergkäse-Röllchen	70
Spargel in Orangen-Vinaigrette mit Wachtel-Brüstchen	71
Spargel-Frühlingsrollen mit Senf-Sabayon	72
Spargel-Süßkartoffel-Rösti mit Jakobsmuscheln	73

Spinat-Waffeln mit knusprigem Schinken und Gurken-Salat	74
Steckrübe mit Feldsalat und Schwarzwälder Schinken	75
Taboulé mit Kichererbsen, Chili und Zitronen	76
Tafelspitz-Sülze mit Frankfurter grüner Soße	77
Tatar mit jungem Gemüse	78
Tatar von Honigmelone und Saibling mit Estragon-Dressing	78
Teller-Sülze von der Forelle	79
Terrine mit Räucherlachs und Frischkäse	80
Tomaten-Safran-Sud mit mariniertem Fenchel	81
Topinambur-Schaum mit Muschel-Praline	82
Vacherin Mont-d`Or im Strudel-Blatt mit Karotten-Salat	83
Vanille-Creme mit Zwetschgenröster, Mandelkrokantippe	84
Variationen vom Hokkaido-Kürbis	85
Variationen von der Salatgurke	86
Variationen von Pfannkuchen-Wraps	87
Waldorf-Salat mit französischem Sandwich	88
Warmes Rinder-Carpaccio	88
Wild-Essenz mit Waldpilze-Crêpe-Röllchen	89
Wrap mit Ananas und gekochtem Schinken	90
Wurst-Salat Rucola Style	90
Zander-Filet im Reibekuchen-Mantel	91
Ziegen-Frischkäse im Zucchini-Mantel auf Tomaten-Confit	92
Zitrusfrüchte-Salat mit gebratenen Garnelen	93

Index **94**

Überbackener Chicorée mit Ziegenkäse und Honig

Für 2 Personen

100 g geschälte Mandeln	3 Stiele Salbei	3 Stiele Blattpetersilie
1 Zitrone	Meersalz	Zucker
2 Chicorée	250 g Sainte-Maure	3 EL Olivenöl
weißer Pfeffer	1 EL Honig	

Die Mandeln der Länge nach halbieren und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Salbei und Blattpetersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Kräuterstängel beiseite stellen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Den Backofen auf maximale Oberhitze vorheizen. Einen Topf mit 1 l Wasser, etwas Zitronensaft, den Kräuterstängeln, 1 TL Salz und einer Prise Zucker aufkochen. Chicorée waschen, der Länge nach halbieren, in den Sud geben und ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Dann herausnehmen, gut abtropfen und in eine flache Auflaufform oder auf ein Backblech legen. Ziegenkäse in vier Scheiben schneiden und mit den Kräuterblättern auf dem Chicorée verteilen. Olivenöl, mit 2 EL Zitronensaft, 1/2 TL Zucker, einer Prise Salz und etwas Pfeffer zu einer Marinade vermischen und über den Chicorée gießen. Im vorgeheizten Ofen bei maximaler Oberhitze ca. 5 Minuten gratinieren, bis der Käse goldbraun glänzt. Den gratinierten Chicorée auf Tellern anrichten, mit etwas Pfeffer nachwürzen, die Mandeln überstreuen und mit Honig beträufelt servieren.

Jörg Sackmann am 15. Oktober 2013

Asiatischer Hähnchen-Gemüse-Cocktail

Für 2 Personen

300 g Hähnchenbrustfilet	1 EL Sonnenblumenöl	1 EL Erdnüsse
1 EL Thai-Fischsauce	100 g Schlangenbohnen	50 g Miniauberginen
2 Champignons	150 g Gurke	1 Tomate
1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Limette	1/2 TL Rotes Thaicurry
40 ml Fleischbrühe	1 Stange Zitronengras	1 Knoblauchzehe
1 TL Ingwer, frisch gerieben	1 Kopfsalat-Herz	1 Bund Koriander

Hähnchenbrustfilet in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne das Sonnenblumenöl erhitzen. Die Hähnchenbrust mit den Erdnüssen scharf anbraten und mit etwas Fischsauce würzen. Herausnehmen und beiseite stellen. Schlangenbohnen in kleine Stücke schneiden und mit den Miniauberginen kurz blanchieren. Champignons, Gurke und Tomate in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln in etwa 0,5 cm große Stücke schneiden. Die Limette auspressen. Saft mit dem Thaicurry und der Brühe verrühren. Vom Zitronengras die holzigen Enden abschneiden. Zitronengras in feine Scheiben schneiden, Knoblauch schälen, fein schneiden und untermischen. Ebenfalls den frisch geriebenen Ingwer untermischen und noch etwas Fischsauce zugeben. Salatblätter abspülen, abtropfen lassen und Dessert- bzw. Cocktailschalen mit den Blättern auslegen. Gemüse und Fleisch mit der Marinade gut vermischen. Auf die Salatblätter geben und mit den Korianderblättern bestreuen. Dazu passt Baguette.

Otto Koch am 14. Juni 2013

Auberginen-Oliven-Bruschetta mit Parmesan

Für 4 Personen

2 Auberginen	Salz	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	2 Zweige Zitronenthymian	5 EL Olivenöl
1 TL Zucker	Piment d'Espelette, Curry	3 Tomaten
1 TL Kreuzkümmel	40 ml Tomatenessig	150 g saure Sahne
1/2 Bund Rucola	1 EL Mandeln, geschält	1 EL Walnüsse, geschält
6 grüne Oliven, entsteint	6 Kirschtomaten	50 g Parmesan
4 Scheiben Pane Pugliese		

Auberginen schälen, halbieren und 10 Minuten in gesalzenes kaltes Wasser legen, danach herausnehmen, abtropfen und in 5 mm große Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Schalotten in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Auberginen, Thymian, Knoblauch und 1 TL Zucker zugeben. Mit Salz, Piment d'Espelette und Curry würzen und ca. 10 Minuten hellbraun dünsten. Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, dann kalt abschrecken, die Haut abziehen, vierteln, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Kreuzkümmel in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten, dann fein mörsern. Tomatenessig in einen Topf geben und etwas einkochen lassen, dann Tomatenwürfel unterheben, kurz weiter köcheln, mit Salz und Kreuzkümmel würzen und auskühlen lassen. Mit dem Auberginenkompott mischen. Den Ziegenjoghurt mit 1 EL Olivenöl, Salz und Piment d'Espelette würzen. Rucola abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Walnüsse und Mandeln in eine Pfanne geben, mit 1 Prise Curry und Salz bestreuen, 1-2 EL Wasser zugeben und rösten, bis das Wasser verdampft ist. Anschließend grob hacken. Oliven in feine Scheiben schneiden, Kirschtomaten vierteln. Parmesan fein hobeln. Die Brotscheiben in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl kurz von beiden Seiten anrösten. Mit je 1 Löffel Ziegenjoghurt und geschnittenem Rucolasalat belegen. Zum Anrichten das Auberginenkompott auf die Brotscheiben geben, mit Tomatenvierteln, Oliven, Nüssen und Parmesan garnieren.

Jörg Sackmann am 13. August 2013

Bauern-Frühstück à la Horst

Für vier Personen

600 g Kartoffeln, fest	2 EL Butterschmalz	1 TL Kümmel, gemahlen
Salz	Pfeffer	250 g Rinder-Hackfleisch
2 EL Semmelbrösel	1 TL Senf	1 Ei
2 EL Butterschmalz	Cayennepfeffer	Salz, Pfeffer
2 Zwiebeln, rot	50 ml Sahne	4 Eier
3 Stangen Frühlingslauch		

Die Kartoffeln waschen, schälen und in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. In einer beschichteten Pfanne Butterschmalz erhitzen und die rohen Kartoffeln darin unter Rühren goldbraun anbraten. Mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Kümmel würzen. Das Hackfleisch mit Semmelbröseln, Senf und Ei mischen und mit Salz, Pfeffer und etwas Cayenne kräftig abschmecken. In einer zweiten Pfanne das restliche Butterschmalz erhitzen. Von der Hackmasse mit einem Teelöffel kleine Bällchen abstechen und in dem Butterschmalz kurz kross anbraten. Die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden, zu den Kartoffeln geben und kurz mit darin anschwitzen. Nun die Hackbällchen zugeben und alles in der Pfanne mischen. Sahne und Eier verquirlen und mit Salz, Pfeffer würzen, anschließend über den angebratenen Zutaten verteilen. Das Ganze bei geschlossenem Deckel stocken lassen. Den Frühlingslauch in feine Ringe schneiden und zuletzt über dem Bauernfrühstück verteilen.

Horst Lichter am 02. März 2013

Bergkäse-Praline mit Pilzen

Für 4 Personen

Für die Pilze:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	100 g Steinpilze
100 g Pfifferlinge	100 g Stockschwämmchen	2 EL Olivenöl
Salz	1-2 EL Zitronensaft	3 Stiele Blattpetersilie

Für die Bergkäsepralinen:

250 g Bergkäse (z.B. Greyerzer)	2 Blatt Gelatine	100 ml Milch
225 g Sahne	Salz, Pfeffer	1 Ei
300 g Parmesan	Mehl	1 kg Frittierfett

Für die Bergkäsepralinen:

Den Bergkäse fein reiben. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Milch und 100 g Sahne aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Käse nach und nach in die heiße aber nicht mehr kochende Flüssigkeit unterrühren und mixen bis eine schöne cremige Masse entsteht. Gelatine ausdrücken und unter die noch warme Masse rühren. Alles in eine Schüssel umfüllen und kalt stellen. Übrige 125 g Sahne steif schlagen. Sahne unter die kalte aber noch nicht feste Masse heben. Erneut kalt stellen und fest werden lassen. Aus der kalten Käsemasse etwa 20 Kugeln formen. Ei auf einem Teller verquirlen. Parmesan fein reiben. Mehl auf einen Teller geben. Käsekugeln zunächst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in Parmesan wenden. Diesen Vorgang noch zweimal wiederholen. Pralinen erneut kalt stellen.

Für die Waldpilze:

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Steinpilze, Pfifferlinge und Stockschwämmchen putzen, evtl. kurz waschen, gut trocknen und klein schneiden. 2 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Pilze zugeben und alles ca. 4 Minuten schmoren. Mit Salz und Zitronensaft würzen. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Petersilienblättchen fein schneiden und kurz vor dem Servieren unter die Pilze mischen. Frittierfett auf ca. 180 Grad erhitzen. Die Pralinen darin ca. 5 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Waldpilze in die Mitte eines Tellers geben und die Käsepralinen darauf anrichten. Die Bergkäsepralinen mit einer Gabel aufreißen, so dass der Käse heraus läuft.

Jörg Sackmann am 10. September 2013

Blatt-Salat mit gebratenen Artischocken

Für 2 Personen

2 große Artischocken	Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone	4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer	200 g gemischte Blattsalate	1 Zwiebel
1 Bund Kerbel	2 Stiele Petersilie	1 EL Kräuteressig
1 TL Senf		

Von den Artischocken wird den Stil abbrechen, damit möglichst viele Fasern aus dem Boden entfernt werden. Dann die oberen $\frac{2}{3}$ der Artischocken abschneiden. Den unteren Teil vorsichtig zuschneiden und mit einem Löffel das sogenannte Heu vom Artischockenboden entfernen. Artischocken sofort in Zitronenwasser legen, damit sie nicht braun werden. Artischocken kurz vor dem Braten herausnehmen und in Scheiben schneiden. Olivenöl erhitzen, Artischocken darin goldbraun braten. Leicht salzen und pfeffern. Die Salate putzen, abspülen und trockenschleudern. Salatblätter nach Belieben in mundgerechte Stück zupfen bzw. schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Kerbel und Petersilie abspülen und trockenschütteln. Kerbel grob zupfen und mit den Salaten vermischen. Petersilienblättchen fein schneiden. Aus 2 EL Olivenöl, Kräuteressig, Senf, Zwiebeln, Petersilie, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren. Kurz vor dem servieren mit den Salaten mischen. Salat anrichten, Artischockenböden darauf anrichten. Dazu passt Knoblauchbaguette.

Otto Koch am 11. Oktober 2013

Bunter Kichererbsen-Salat

Für 4 Personen

200 g getr. Kichererbsen	2 rote Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
100 g Kirschtomaten	50 g getr. Öl-Tomaten	2 Zweige Basilikum
2 Zweige Minze	2 Zweige Koriander	50g grüne Oliven
1 Bio-Zitrone	3 EL Olivenöl	3 EL Walnussöl
Meersalz	1 Prise Piment d'Espelette	1 Prise Kreuzkümmel

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Kichererbsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. In einem Topf mit frischem Wasser die eingeweichten Kichererbsen ca. 2 Stunden weich kochen. Die gekochten Kichererbsen abschütten, dabei den Kochfond auffangen und die Kichererbsen abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Kirschtomaten waschen und vierteln. Die getrockneten Tomatenfilets gut abtropfen und in feine Streifen schneiden. Die Kräuter abspülen, trocken schleudern und in feine Streifen schneiden. Die Oliven in Scheiben schneiden. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Kichererbsen mit Kochfond, Zwiebeln, Knoblauch, frischen und getrockneten Tomaten, Oliven, Kräutern, Zitronensaft, Oliven- und Walnussöl in eine Schüssel geben. Mit Salz, Piment d'Espelette und Kreuzkümmel würzen und gut vermengen. Ca. 30 Minuten ziehen lassen. Dann nochmals abschmecken und servieren.

Michael Kempf am 07. Juni 2013

Calamaretti mit asiatischer Mayonnaise und Pak-Choi

Für vier Portionen

Für die Calamaretti:

300 g Calamaretti	1 Schalotte	1 junge Knoblauchzehe
1 Chilischote	1 TL Honig	2 EL Sojasauce
1 TL Sesamöl	Salz, Chili	Koriander
40 g Mehl	2 Eier	100 g Panko-Brösel
Pflanzenöl		

Für die Mayonnaise:

1 Schalotte	1 junge Knoblauchzehe	50 g Ingwer
1 rote Chilischote	20 ml Reisweinessig	1 Ei
150 ml Pflanzenöl	2 EL Sojasauce	Chili
feines Salz	6 Zweige Koriander	

Für den Pak-Choi:

100 g Pak-Choi	1 Limette	1 TL brauner Zucker
feines Salz	2 EL Erdnussöl	2 Schalen grüne Shizo-Kresse

Die Calamaretti unter fließendem Wasser abspülen und mit Küchenkrepp gründlich trocken tupfen. Schalotten, Knoblauch schälen und fein würfeln. Chilischote der Länge nach halbieren, das Kerngehäuse entfernen und ebenso fein würfeln. Aus Schalotten-, Knoblauch- und Chiliwürfel, Honig, Sojasauce, Sesamöl eine Marinade anrühren und über die Calamaretti geben. Mit Salz, Chili und Koriander kräftig abschmecken. Die Calamaretti nun zuerst in Mehl, verquirlten Eiweiß und zum Schluss in Panko-Brösel wälzen. Das Pflanzenöl auf circa 160 Grad erhitzen und die Calamaretti darin knusprig ausbacken. Danach auf Küchenkrepp zum Abtropfen legen. Für die Mayonnaise Schalotten, Knoblauch, Ingwer und rote Chilischote putzen und in sehr feine Würfel schneiden. Den Koriander in sehr feine Streifen schneiden. Das Ei zusammen mit dem Reisweinessig in einem hohen Mixbecher verrühren. Die Sojasauce zugeben und das Pflanzenöl mit Hilfe eines Mixstabs langsam einarbeiten, bis eine dickflüssige Mayonnaise entsteht. Mit Salz würzen und die gewürfelten Zutaten sowie den fein geschnittenen Koriander unterrühren. Den Pak-Choi der Länge nach halbieren und mit einem V- Schnitt den Strunk entfernen. Limettensaft, -abrieb, Zucker zugeben und miteinander vermengen. Mit wenig Salz würzen. Das Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und den Pak-Choi darin zwei bis drei Minuten anschwanken. Zum Anrichten die Mayonnaise mit einem Esslöffel tropfenförmig auf die Teller streichen und den Pak-Choi darauf legen. Die Calamaretti zugeben und das Ganze mit Kresse vollenden.

Johann Lafer am 07. September 2013

Cappuccino aus Spinat und gelbem Paprika

Für vier Portionen

Für den Paprikaschaum:

1 Schalotte	1 gelbe Paprikaschote	5 Safranfäden
1 EL Olivenöl	1-2 TL Zucker	300 ml Gemüsefond
30 g Butter	$\frac{1}{2}$ Zitrone	Salz, Pfeffer

Für den Spinatcappuccino:

2 Schalotten	20 g Butter	100 ml Weißwein
500 ml Gemüsefond	250 ml Sahne	500 g junger Spinat
1 Muskatnuss		

Für die Wachteleier:

8 Wachteleier	1 Ei	30 g Sahne
50 g Mehl	100 g Semmelbrösel	Butterschmalz

Für den Paprikaschaum die Schalotte schälen und würfeln. Die Paprika halbieren und entkernen. Die Paprikahälften klein schneiden. Beides mit dem Safran in heißem Öl circa zwei Minuten farblos anschwitzen. Das Gemüse mit Zucker bestreuen und diesen leicht karamellisieren lassen, dann die Brühe zufügen. Bei mittlerer Hitze zehn Minuten leise köcheln lassen. Anschließend die Butter zufügen und alles mit einem Mixstab sehr fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzig abschmecken. Für den Spinatcappuccino die Schalotten schälen und in heißer Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, die Brühe angießen und mit der Sahne auffüllen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend mit dem Spinat in einen Mixer geben und fein pürieren. Die Suppe in den Topf zurückgeben und nochmals abschmecken. Die Wachteleier in kochendem Wasser drei Minuten garen, abschrecken und pellen. Ein Ei mit leicht geschlagener Sahne verquirlen. Die Eier in Mehl wenden, durch die verquirlten Eier ziehen und in den Semmelbröseln panieren. Nun die Eier in heißem Butterschmalz goldgelb ausbacken, auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen. Die Spinatsuppe und den Paprikaschaum mit einem Stabmixer schaumig aufmixen und beides in Gläser füllen. Die Eier auf Spieße stecken und über die Suppe legen.

Johann Lafer am 10. August 2013

Carne Cruda von Kalb-Hüfte, Senf-Mayonnaise, Wachtel-Ei

Für 4 Personen

Für Carne Cruda:

320 g Kalbshüfte ½ EL Olivenöl 1 TL abger. Limettenschale
Meersalz, Pfeffer 4 Wachteleier

Für die Senfmayonnaise:

1 Schalotte 1 TL Kapern 2 Cornichons
1 EL Dijonsenf 1 Eigelb 1 EL Champagneressig
Saft von 1 Zitrone 1 TL Zucker 125 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer

Für den Salat:

100 g Blattsalate, gemischt 4 EL Olivenöl 2 EL heller Balsamico-Essig
1 TL Senf, mittelscharf 1 Prise Zucker Salz, Pfeffer

Die Kalbshüfte von Haut und Sehnen befreien und in ganz feine Würfel schneiden. Mit Olivenöl, Limettenschale, Meersalz und Pfeffer würzen und kaltstellen.

Für die Sauce:

Schalotte schälen und fein hacken, Kapern und Cornichons fein hacken. Zusammen mit Senf, Eigelb, Essig, Zitronensaft, Zucker und 1 EL Wasser in einen Mixer geben und verrühren, dabei nach und nach das Olivenöl einlaufen lassen bis die Sauce cremig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat:

Die Blattsalate waschen und trocken schütteln. Für das Dressing Öl, Essig, Senf und 1 EL Wasser einen Mixer geben, mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Kalbstatar in einer länglichen Form in der Mitte des Tellers anrichten. Eine kleine Mulde in das Tatar drücken. Die Wachteleier trennen und jeweils ein Eigelb in die Mulde legen. Salat mischen, marinieren, dann oberhalb des Tatars anrichten und links sowie rechts die Senfmayonnaise angießen. Wer es ganz edel mag kann das Wachteleigelb mit etwas Blattgold belegen.

Frank Buchholz 04. Februar 2013

Carpaccio vom Rinder-Filet mit Pesto vom grünen Spargel

Für 2 Portionen

250 g Rinderfilet 6 Stangen grüner Sparge 1 EL Sesamöl
2 EL Pinienkerne 1 Knoblauchzehe 60 ml Olivenöl
150 g Parmesan 1 Zitrone Salz, Pfeffer

Das Rinderfilet waschen und trocken tupfen. Anschließend in dünne Scheiben schneiden, leicht plattieren und auf Tellern anrichten. Das Fleisch anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Den grünen Spargel im unteren Drittel schälen, in grobe Stücke schneiden und in einer Pfanne mit 30 ml Olivenöl scharf anbraten. Die Pinienkerne dazu geben und nur kurz mit schwenken. Für den Geschmack noch das Sesamöl unterrühren. Anschließend das Ganze in einen Zerkleinerer geben. 20 ml Olivenöl hinzufügen. Den Parmesan hobeln und 100 g ebenfalls hinzufügen. Etwas Schale der Zitrone reiben und mit dazu geben. Anschließend die Zitrone halbieren, auspressen und etwas Saft nach Belieben abschmecken. Den Knoblauch abziehen, klein hacken und hinzufügen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen und zu einem Pesto mixen. Das Pesto auf dem Carpaccio verteilen, mit dem restlichen Olivenöl beträufeln und mit dem restlichen Parmesan bestreuen.

Steffen Henssler am 14. Mai 2013

Confiertes Saibling mit Kartoffel-Zucchini-Spaghetti

Für vier Portionen

Für den Saibling:

4 Saiblingsfilets à 120 g	4 junge Knoblauchzehen	4 Zweige Thymian
2 Zweige Estragon	Salz, Pfeffer	mildes Olivenöl

Für die Spaghetti:

400 g große festk. Kartoffeln	2 Schalotten	1 grüne Zucchini
2 Schalotten	1 EL Olivenöl	2 Zweige Estragon
1 unbehandelte Zitrone	150 ml heller Geflügelfond	2 Stangen Frühlingslauch
50 g Cocktailtomaten	2 EL weißer Balsamico	1 TL Akazienhonig
25 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Für Garnieren:

50 g Lachskaviar	1 Schale Gartenkresse
------------------	-----------------------

Die Knoblauchzehen ungeschält andrücken. Die Saiblingfilets unter fließendem Wasser abbrausen und mit Küchenkrepp gründlich trocken tupfen. Den Fisch mit der Hautseite zusammen mit Knoblauch, Thymian, Estragon nebeneinander in einen flachen Topf oder Pfanne geben. Mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen und mit mildem Olivenöl knapp bedecken. Die Filets nun bei circa 60 Grad bei langsam stetig ansteigender Hitze für mindestens 15 bis 20 Minuten saftig garen (die Temperatur des Olivenöls am besten mithilfe eines Bratenthermometers testen). Anschließend herausnehmen, auf Küchenkrepp leicht abtupfen und gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer verfeinern. Für die Spaghetti die Kartoffeln waschen, schälen und mit einem Spiralschneider in spaghetti-lange Streifen schneiden. Die Zucchini und Möhre putzen und ebenso in spaghetti-lange Streifen schneiden (ersatzweise die Kartoffeln auf einem Gemüsehobel in dünne streifen hobeln). Die Schalotten schälen und in Streifen schneiden. Die Zitronen in Scheiben schneiden. Einen Esslöffel Olivenöl in einem Topf mit Dampfeinsatz erhitzen und die Schalotten darin anbraten. Estragon, Zitronenscheiben zugeben und mit dem Fond ablöschen. Die Kartoffel-Spaghetti in das Garblech legen und in den Dampfgarer stellen. Bei geschlossenem Deckel vier Minuten dämpfen. Danach die Möhren-Zucchini-Spaghetti zugeben und für weitere zwei Minuten garen. Anschließend die Spaghetti herausnehmen und in eine Schüssel geben. Den restlichen Sud durch ein feines Sieb laufen lassen und beiseite stellen. Den Frühlingslauch putzen und in feine Ringe schneiden. Die Cocktailtomaten vierteln. Aus dem Sud, Balsamico, Honig und 25 Millilitern Olivenöl eine Vinaigrette herstellen. Die Kartoffel-Zucchini-Spaghetti zusammen mit Frühlingslauch, Tomaten und Vinaigrette vermengen. Mit Salz und schwarzem Pfeffer verfeinern. Zum Anrichten die Spaghetti auf die Teller legen und die feine Gartenkresse herum streuen. Den confierten Saibling mittig platzieren und mit einer Nocke Lachskaviar vollenden.

Johann Lafer am 13. Juli 2013

Crostini mit Rosmarin-Birnen, Radicchio und Gorgonzola

Für 2 Portionen

1 Baguette	1 Radicchio	100 g Gorgonzola
3 Zweige Rosmarin	2 EL Olivenöl	30 g Zucker
30 g Butter		

Baguette in Scheiben schneiden und mit dem Olivenöl beträufeln. In einer Pfanne goldbraun anrösten. Birnen schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Butter und Zucker in einer Pfanne karamellisieren, Rosmarinnadeln und Birnenspalten zugeben und darin anschwitzen, bis sie weich sind. Mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen. Die Brotscheiben mit Gorgonzola belegen, etwas fein geschnittene Radicchio darauf geben und mit den Birnenspalten und dem entstandenen Sud bedecken. Mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

Steffen Henssler am 13. März 2013

Dreierlei Matjes-Sushi

Für 4 Personen

Für den Sushi-Reis:

300 ml Sushi-Reis	4 EL Reissessig	20 g Zucker
1 TL grobes Meersalz	2 Kaffirlimettenblätter	2 Stiele Zitronengras

Für die Matjes:

a) mit Koriander eingelegter Ingwer	2 Matjesfilets	Wasabi
2 Radieschen	Sojasauce	1 EL Korianderblättchen
Salz	b) mit Gurke und Paprika	1 Stück Salatgurke (ca. 10 cm)
1 Bund Kerbel	1 kleine Paprika rot	1 Bund Schnittlauch
1 hart gekochtes Ei (gewürfelt)	Wasabipaste, Zitronensaft	2 Matjesfilet
1 kleiner Apfel	c) mit Lauch und Apfel	2 Schalotten
Sesam-Sojasauce	2 Matjesfilets	2 Stangen Lauch
2 EL Bonitoflocken	100 ml dunkle Sojasauce	100 ml Mirin (süßer Reiswein)
	2 EL gerösteter Sesam	

Den Reis im Gareinsatz eines Reiskochers oder einem Sieb mehrmals sorgfältig spülen. Anschließend mit 360 ml Wasser mischen und garen:

Im Reiskocher:

Den Reis im Reiskocher oder in einem Topf garen. Den Deckel des Reiskochers mit einem Küchentuch bedecken, damit keine Flüssigkeit entweicht. oder

Im Topf:

Wasser und Reis bei starker Hitze zum kochen bringen. Dann den Reis bei kleinster Hitze im geschlossenen Topf quellen lassen, bis alle Flüssigkeit aufgesogen ist. Das dauert etwa 18-20 Minuten. Danach sollten sich die Reiskörner leicht vom Topfboden lösen lassen und nicht festkleben. Den Topf vom Herd nehmen und weitere 15-20 Minuten ziehen lassen. Reissessig, Zucker, Limettenblätter, Zitronengras und Salz in einem kleinen Topf erhitzen. Sobald Zucker und Salz sich aufgelöst haben, den Topf vom Herd nehmen. Die Essigmischung gleichmäßig über den gegarten Reis geben und behutsam mit einem Holzspatel untermischen. Vor dem Formen den Reis lauwarm abkühlen lassen

Für den Koriander-Matjes:

Den Fisch in gleichmäßige Scheiben schneiden. Soviel Reis in die Hand nehmen dass man in der Hand eine Kugel formen kann (etwa 25 g) Eine Scheibe Matjes in der Mitte mit etwas Wasabi bestreichen. Die Reiskugel in die Mitte des Matjes auf das Wasabi setzen. In der Mitte des Reises ein Loch drücken, damit das Sushi leichter wirkt. Sushi umdrehen und ohne Druck in der Hand hin und her wenden und so in eine ovale Form bringen. Radieschen abspülen, trocken reiben und in feine Streifen schneiden. Matjes-Sushi mit den Radieschenstreifen, eingelegtem Ingwer, Sojasauce und Korianderblättchen garnieren. Auf einer Schieferplatte servieren.

Für die Sushi mit Gurke und Paprika:

Gurke und Paprika abspülen und trockenreiben. Schnittlauch und Kerbel ebenfalls abspülen und trocken schütteln. Gurke schälen und der Länge nach von einer Seite bis zu den Kernen in 1 mm dünne Streifen hobeln. Hat man die Kerne erreicht, Gurke umdrehen und die andere Seite ebenfalls bis zu den Kernen in dünne Streifen hobeln und die Streifen leicht salzen. Paprika halbieren, entkernen und ebenfalls in sehr dünne Streifen schneiden. Gurkenstreifen auf einer Bambusmatte nebeneinander zu einer 20 x 12 cm großen Platte auslegen. Mit Reis, ein Teil der Paprikastreifen und Schnittlauch belegen. In die Mitte die Matjesfilets legen. Mit Wasabipaste und Zitronensaft

würzen und mit Hilfe der Bambusmatte vorsichtig aufrollen und etwas anpressen. Rolle aufschneiden, portionieren und mit Paprikastreifen, Eigelbwürfeln und Kerbelblättchen garnieren. Für Apfel-Lauch-Sushi:

Schalotten schälen und in dünne Rinde schneiden. Apfel waschen, trockenreiben, vierteln, entkernen und fein würfeln. Matjes in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Lauch halbieren, waschen und ca. 3 Minuten in Salzwasser garen. Danach in Eiswasser abschrecken und auf einem Küchentuch trocken tupfen. Lauchstreifen und zu einem schmalen Rechteck von 22 cm Länge und 2,5 cm Breite auslegen. Den Reis in 2 cm große Würfel formen (ca. 25 g Reis) und mit dem Lauch umwickeln. Matjeswürfel darauf legen. Mit Schalottenringen, Apfelstückchen und Wasabipaste garnieren. Für den Sesam-Dip Sojasauce und Mirin mischen und erhitzen. Die Bonitoflocken zugeben und kurz darin ziehen lassen. Das Ganze durch ein Sieb gießen, und den Sesam zugeben. Zu dem Sushi servieren.

Jörg Sackmann am 28. Mai 2013

Dreierlei Melone mit Serrano-Schinken

Für 4 Personen

50 g Pinienkerne	1 kleine Charentais Melone	1 kleine Honigmelone
400 g Wassermelone	4 EL Olivenöl	Saft von 1/2 Zitronensaft
1-2 TL Honig	Salz, Pfeffer	1/2 Bund Rucola
2 Zweige frische Minze	1/2 Weißbrot	200 g Serranoschinken
50 g Parmesan, frisch		

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und beiseite stellen. Die Honig- und Charentais-Melone halbieren und entkernen. Von der Wassermelone Kerne und Schale entfernen. Das Fleisch der Melonen in schöne Würfel schneiden und Kugeln ausstechen. Das Melonenfruchtfleisch mit 2 EL Olivenöl, Zitronensaft und Honig vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rucola und Minze abspülen und trockenschütteln. Die Minzeblättchen von den Stielen zupfen und die Blättchen in feine Streifen schneiden. Zusammen mit dem 2/3 Rucola und den gerösteten Pinienkernen unter die Melonen heben und marinieren. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Weißbrot in feine Scheiben schneiden. Mit dem übrigen Olivenöl beträufeln, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Ofen rösten. Melonen mit Serranoschinken auf Tellern anrichten. Übrigen Rucola Parmesan darüber streuen.

Karlheinz Hauser am 19. August 2013

Enten-Brust mit Mango-Chutney

Für 2 Portionen

1 Entenbrust	50 ml Olivenöl	50 g Zucker
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	1 Chilischote
1 Mango	50 ml Weißwein	1 Knolle Ingwer
Salz, Pfeffer		

Die Entenbrust kreuzweise einschneiden und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend einen Schuss Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Entenbrust auf der Hautseite darin anbraten. Für das Mangochutney etwas Zucker in einem Topf karamellisieren. Eine Zwiebel halbieren und in feine Würfel schneiden. Knoblauch und Chilischote klein schneiden und alles gemeinsam in den Topf geben. Eine Mango schälen, ein Drittel in feine Würfel schneiden, ebenfalls in den Topf geben und alles zusammen anschwitzen. Das Ganze mit ein wenig Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Mit Ingwer würzen Die Medium gebratene Entenbrust in Tranchen schneiden und gemeinsam mit dem Chutney auf Tellern anrichten. Etwas Olivenöl über die Entenbrust geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Steffen Henssler am 22. Januar 2013

Erdbeeren im Tempura-Teig mit Rinder-Tatar

Für 2 Personen

160 g Rinderfilet	250 g Erdbeeren	1 Bund Schnittlauch
Salz, Pfeffer	1 Spritzer Worcestersauce	1 EL Olivenöl
200 g Tempuramehl	Ca. 250 ml Wasser	Frittierfett
2 Scheiben Kastenweißbrot	1 EL Butter	

Das Rinderfilet fein würfeln. Erdbeeren waschen und putzen. 5-6 Erdbeeren ebenfalls fein würfeln. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Rinderfilet mit den gewürfelten Erdbeeren und Schnittlauch mischen und mit Salz, Pfeffer, Worcestersauce und Olivenöl abschmecken. Tempuramehl mit kaltem Wasser zu einem dünnflüssigen Teig verrühren und mit Salz abschmecken. Die Erdbeeren durch den Teig ziehen und in heißem Fett rasch frittieren. Brot entrinden, mit Butter bestreichen und knusprig braten. Mit dem Tartar und den Erdbeeren anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 12. Juni 2013

Falafel mit Joghurt-Soße und Naan

Für 2 Personen

Für die Falafel:

300 g Kichererbsen	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Dill
1 Bund Koriander	1 Bund Lauchzwiebeln	1/2 TL Kreuzkümmel
1 TL Paprikapulver	Salz	1/2 TL Backpulver
ca. 500 g Pflanzenöl	1 Salatgurke	1 Knoblauchzehe
300 g griechischer Joghurt	1 Prise Schwarzkümmel	2 Tomaten
1 Zitrone 4 EL Olivenöl	Pfeffer	

Für das Naanbrot:

50 ml Milch	1 TL Zucker	20 g 1 frische Hefe
200 g Mehl	Salz	1/2 TL Backpulver
1 EL Sonnenblumenöl	50 g Joghurt	Butterschmalz

Für die Falafel:

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Für das Naan Milch in eine Schüssel gießen, Zucker und Hefe einrühren und stehen lassen, bis die Mischung zu schäumen beginnt. Das Mehl in eine große Schüssel geben, eine Prise Salz und Backpulver untermischen. Die Hefemilch zugeben und leicht untermischen. Öl und Joghurt vermengen. Mit in die Mehlschüssel geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. 1/4 TL Sonnenblumenöl in eine Schüssel geben und die Teigkugel darin wenden. Die Schüssel mit Frischhaltefolie bedecken und den Teig an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen bis er sich verdoppelt hat. Die eingeweichten Kichererbsen abschütten und die Hälfte der Kichererbsen weich kochen. Alle Kichererbsen durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Petersilie, Dill und Koriander abspülen, trocken schütteln und grob hacken. Lauchzwiebeln grob schneiden, Kräuter und vorbereitete Lauchzwiebeln mit den durchgedrehten Kichererbsen mischen und ein zweites Mal durch den Wolf drehen. Mit Kreuzkümmel, Paprikapulver und Salz abschmecken und Backpulver zugeben. Mit feuchten Händen daraus kleine Bällchen von 2 cm Durchmesser formen. In eine Pfanne ca. 1 cm hoch Pflanzenöl geben und die Falafel darin frittieren. Herausnehmen und auf Küchentrepp abtropfen lassen. Die Gurke gründlich waschen und auf einer groben Reibe raspeln, abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Gurke und Knoblauch unter den Joghurt mischen mit Salz und Schwarzkümmel abschmecken. Die Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Aus Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren und über die Tomaten geben.

Für das Naanbrot:

Den Hefeteig erneut durchkneten, in 4 gleichgroße Kugeln teilen und mit einem Tuch bedecken. Die erste Kugel mit etwas Mehl dünn ausrollen. Teigfladen in eine heiße Pfanne mit etwas Butterschmalz geben und auf einer Seite braten, bis der Fladen Blasen wirft. Dann umdrehen und kurz in der Pfanne garen. Naan herausnehmen. Naan, Tomaten, Joghurt-Dip und Falafel anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 01. Oktober 2013

Focaccia mit Tomaten und Mozzarella

Für 2 Personen

250 g Kirschtomaten	200 ml Olivenöl	grobes Meersalz, Pfeffer
12 Schalotten	1 TL Rosmarin	25 g Hefe
1 TL Salz	250 g Mehl	2 Büffelmozzarella
1 TL frischer Thymian	2 TL alter Balsamico	

Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Kirchtomaten abspülen und trockenreiben. Tomaten halbieren und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen und 20 ml Olivenöl beträufeln. Im vorgeheizten Backofen etwa 3 Stunden (am besten über Nacht) trocknen lassen. Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Schalotten schälen und quer halbieren. Rosmarin abspülen und trockenschütteln. Die Nadeln von den Stielen zupfen. Rosmarinnadeln fein schneiden. Schalotten in 130 ml Olivenöl zusammen mit den Rosmarinnadeln andünsten. Im heißen Ofen ca. 15 Minuten weich schmoren. Herausnehmen und abkühlen lassen. Für den Focaccia-Teig Hefe und Salz in 175 ml lauwarmen Wasser auflösen. Mehl zufügen und alles zu einem Teig verkneten. Teig in eine Schüssel geben und 30 ml Olivenöl über den Teig (nicht in den Teig) träufeln. Focacciateig zugedeckt bei Zimmertemperatur (ca. 20 Grad) etwa 20 Minuten ruhen lassen. Anschließend den Teig mit dem Öl kurz verkneten. Den Teig zu etwa zwei ca. 1,5 cm dicken Fladen formen. Focaccia-Fladen jeweils auf ein gefettetes Backblech legen. Erkalte und abgetropfte Schalotten gleichmäßig auf dem Teig verteilen und dabei etwas andrücken. Mit etwas vom Schalotten-Öl beträufeln. Fladen nochmals 20 Minuten gehen lassen. Focaccia im heißen Backofen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze ca. 12 Minuten backen. Dann kurz herausnehmen und die getrockneten Tomaten darauf verteilen. Weitere ca. 4-5 Minuten weiterbacken. In der Zwischenzeit den Mozzarella in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Thymian abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Mozzarella und Thymian auf zum Schluss auf dem Teig verteilen und 3 Minuten weiterbacken, bis der Käse beginnt zu schmelzen. Herausnehmen. Kräutersalat in die Mitte des Tellers geben, Focaccia darauf geben. Mit dem restlichen Olivenöl und altem Balsamico beträufeln und warm servieren.

Jörg Sackmann am 25. Juni 2013

Forellen-Filet in Weißwein-Marinade

Für 4 Personen

1 weiße Zwiebel	1 Karotte	1 Stange Staudensellerie
70 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer	150 ml Orangensaft
100 ml Weißwein	4 EL Weißweinessig	1 TL Rosinen
1 Gewürznelke	2 Lorbeerblätter	1 TL schwarze Pfefferkörner
4 Forellenfilets mit Haut	2 EL Pinienkerne	

Zwiebeln pellen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Karotte und Sellerie putzen bzw. schälen, waschen und klein schneiden. 1 EL Olivenöl erhitzen, die Zwiebeln darin 2-3 Minuten unter ständigem Rühren andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte des Olivenöls, Orangensaft, Weißwein, Essig, Rosinen, Nelke, Lorbeerblätter und Pfefferkörner zugeben. Alles um ca. $\frac{1}{4}$ einkochen lassen. Beiseite stellen und lauwarm abkühlen lassen. Die Forellenfilets salzen, pfeffern und im übrigen Olivenöl auf der Hautseite ca. 2 Minuten braten. Herausnehmen und in die warme Marinade geben. Mindestens 2-5 Stunden marinieren. Pinienkerne ohne Fett rösten. Forellenfilets mit etwas Marinade servieren. Dazu passen Ciabatta und ein Radicciosalat

Vincent Klink am 15. August 2013

Frühlingsrolle mit Curry-Chili-Vinaigrette

Für 4 Personen

Für die Frühlingsrollen:

1 rote Zwiebel	100 g Weißkohl	50 g Lauch
1 Karotte	60 g grüner Spargel	100 g Sojasprossen
Salz	2 EL Sesamöl	1 Bund frischer Koriander
200 g Gambas (ca. 8 Stück)	1 EL Dayong	50 ml Sojasauce
50 ml Ketjap Manis	4 Blätter Frühlingsrollenteig	1 Eigelb
1 L Öl		

Für die Vinaigrette:

1 rote Paprika	2 Schalotten	5 Stiele Koriander
100 ml Austernsauce	100 ml Sweet Chili Sauce	50 ml Pflaumensauce
1 TL rote Currypaste	Curry (z.B. Jaipur)	Dayong (chin. Gewürzmischung)
1 EL Sesamöl	100 ml Geflügelbrühe	Ketjap Manis
Reisessig	Salz	1 Tl weißer Sesam
1 Tl schwarzer Sesam	Mini Rucola	Daikon, Shizo Kresse

Für die Frühlingsrollen:

Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Weißkohl, Lauch, Karotte, Spargel und Sojasprossen putzen, waschen, trockentupfen und in sehr feine Streifen schneiden. 1 EL Sesamöl erhitzen und das Gemüse darin andünsten. Mit etwas Salz würzen und abkühlen lassen. Koriander abspülen, trockenschütteln, die Blätter fein hacken und unter das Gemüse geben. Die frischen Gambas abspülen, den schwarzen Darm entfernen und die Gambas in Würfel schneiden. Gambas in einer beschichteten Pfanne im restlichen Sesamöl anbraten und unter das Gemüse mischen. Mit Dayong, Sojasauce und Ketjap Manis abschmecken und alles gut einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Die Füllung dann auf einem Tuch abtropfen lassen. Frühlingsrollenteigblätter auf einer Arbeitsfläche ausbreiten. Die Kanten mit verquirltem Eigelb bestreichen. Jeweils in die Mitte der Teigblätter ca. 2-3 EL Füllung geben. Die Teigblätter einrollen und dabei an den Kanten einschlagen. Öl in einem Topf auf ca. 170 Grad erhitzen. Die Frühlingsrollen darin langsam und gleichmäßig frittieren bis die Seiten schön knusprig braun sind.

Für die Vinaigrette:

Paprika waschen, putzen, halbieren, entkernen und in sehr feine Würfel schneiden. Schalotten schälen und ebenfalls sehr fein würfeln. Korianderblätter von den Stielen zupfen. Die Blättchen sehr fein schneiden. Austernsauce, Sweet Chili Sauce, Pflaumensoße, Currypaste, Curry, Dayong, Sesamöl, Brühe, Ketjap Manis mischen und mit dem Mixstab einmal pürieren. Zum Schluss gehackten Koriander, Schalotten, Paprika sowie etwas weißen und schwarzen Sesam dazu geben. Die fertigen Rollen auf einem Teller anrichten und mit der Vinaigrette beträufeln. Mit etwas Rucola und Kresse garnieren.

Karlheinz Hauser am 26. August 2013

Gazpacho mit Ziegenkäse-Cracker

Für 4 Personen

Für die Gazpacho:

1 Gurke	2 Stangen Staudensellerie	2 rote Paprika
2 gelbe Paprika	5 Tomaten	2 Bund Basilikum
60 ml weißer Balsamico	15 ml Himbeeressig	600 ml Tomatensaft
20 g Tomatenmark	Zucker, Salz, Pfeffer	1 Prise Piment d'Espelette
1 Spritzer Tabasco		

Für die Ziegenkäse-Cracker:

4 Scheiben Bauernbrot	2-4 EL Olivenöl	1 Bund Basilikum
1/2 Bund Thymian	30 g getr. Öl-Tomaten	50 g grüne Oliven
300 g Ziegenfrischkäse	Salz, Pfeffer	1 Msp. Zitronenabrieb

Für die Gazpacho:

Gurke schälen, Staudensellerie, Paprika und Tomaten waschen und putzen. Basilikum abspülen, trocken schütteln. Alle Gemüse klein schneiden und mit den Basilikumblättern in ein Mixer geben. Balsamico, Himbeeressig, Tomatensaft und Tomatenmark zugeben. Alles fein mixen und durch ein Sieb passieren. Die Suppe mit etwas Zucker, Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette und Tabasco abschmecken und kalt stellen.

Für die Ziegenkäse-Cracker:

Die Brotscheiben in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten knusprig anrösten. Basilikum und Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Getrocknete Tomaten und Oliven klein schneiden und mit den Kräutern und dem Ziegenfrischkäse gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und etwas abgeriebener Zitronenschale abschmecken. Würzigen Ziegenkäse auf die gerösteten Brotscheiben streichen und zur kalten Suppe servieren.

Sören Anders am 05. Juli 2013

Gebackene Pilze mit gebratenem Bacon

Für 2 Portionen

Für den Tempurateig:

100 g Mehl	100 g Speisestärke	1 Msp. Backpulver
1 Ei	270 ml eiskaltes Mineralwasser	

Für alles andere:

80 g Austernseitlinge	1 Bund Frühlingszwiebeln	5 Scheiben Bacon
1 Knoblauchzehe	100 g Crème-fraîche	1 Zitrone
Butter, Salz, Pfeffer	Speiseöl	

Mehl, Speisestärke, Backpulver und ein Eigelb vermengen und mit eiskaltem Mineralwasser aufgießen. Alles zu einem bröckeligen Teig verrühren. Er sollte auf keinen Fall glatt gerührt werden, sondern schön klumpig bleiben.

Tipp:

Man kann auch Rosmarin, Thymian oder Curry in den Teig geben, je nach Geschmack und Belieben.

Die Austernseitlinge putzen und durch den Teig ziehen. Danach die Pilze in Öl ausbacken, bis sie kross sind und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Für die Beilage das Grüne der Frühlingszwiebel in kleine Ringe und den Bacon in Streifen schneiden. Beides mit Butter in der Pfanne anschwitzen, etwas Pfeffer und fein gehackten Knoblauch hinzufügen und alles solange vermengen, bis es richtig schön cremig ist.

Die ausgebackenen Pilze abschließend mit Salz und Pfeffer würzen und danach formschön auf Tellern anrichten. Darüber die Zwiebel-Bacon-Mischung geben. Für den besonderen Geschmack Crème-fraîche mit Zitrone abschmecken und über das Gericht träufeln.

Steffen Henssler am 16. Dezember 2013

Gebackener Camembert, Schwarzbrot, Radieschen-Salat

Für vier Portionen

2 Bund Radieschen	1 rote Zwiebel	1 Bund Frühlingszwiebel
1 TL Senf	1 TL Honig	2 EL Weißweinessig
2 EL Olivenöl	4 halbe Camembert	1 Ei
50 g Mehl	150 g Semmelbrösel	200 g Butterschmalz
4 Scheiben Schwarzbrot	30 g Butter	1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer		

Radieschen und Frühlingslauch putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. In einer Schüssel mischen. Mit Senf, Honig, Essig und Öl marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Ei verquirlen. Den Camembert im Mehl wenden, durch das Ei ziehen und in den Bröseln wenden. In einer Pfanne im heißen Butterschmalz kurz von allen Seiten anbraten. Im Ofen bei 60 Grad warmhalten. Das Schwarzbrot mit Butter bestreichen, den Knoblauch halbieren und beides in einer Pfanne anbraten. Das Brot auf Teller legen, den Salat darauf geben und mit einem Camembert servieren.

Horst Lichter am 20. April 2013

Gebeizter Gewürz-Lachs auf Zuckerschoten-Papaya-Salat

Für vier Portionen

Für den Lachs:

3 EL grobes Meersalz	0,5 TL Fenchelsamen	0,5 TL Koriander
0,5 TL Schwarzer Pfeffer	1 Sternanis	0,5 Vanilleschote
2 EL Rohrzucker	1 unbehandelte Zitrone	600 g Lachsfilet

Für den Salat:

1 Papaya	150 g Zuckerschoten	0,5 Chilischote, rot
2 EL Weißweinessig	2 EL Sesamöl	1 EL Ahornsirup
1 Knoblauchzehe	20 g frischer Ingwer	0,5 Bund Koriander
2 EL Saiblingskaviar	Koriander, Salz	Pfeffer, Zucker

Für den Lachs die Schale der Zitrone abreiben. Die Gewürze in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, bis sie zu duften beginnen. Zusammen mit dem Salz im Mörser grob zerstoßen und mit Zucker und der fein abgeriebenen Zitronenschale in einer Schüssel vermischen. Das Lachsfilet mit der Hautseite nach unten in eine passende Form legen. Auf der Fleischseite mit der Salz-Mischung bedecken, mit Frischhaltefolie abdecken und mit einem Brett oder Teller beschweren. Den Lachs circa zwölf Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen. Die Papaya schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Die Zuckerschoten putzen, waschen und schräg in Stücke schneiden. In reichlich kochendem Salzwasser circa zwei Minuten blanchieren, anschließend kurz abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Kerne der Chilischote herauskratzen und die Schote in feine Würfel schneiden. Mit Weißweinessig, Sesamöl und Ahornsirup zu einer Vinaigrette verrühren. Knoblauch und Ingwer schälen, den Ingwer fein reiben, den Knoblauch klein würfeln. Zusammen mit dem Koriander klein hacken und unter die Vinaigrette rühren. Papaya und Zuckerschoten mit der Vinaigrette mischen und den Salat mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Beize vom Lachsfilet gründlich entfernen, kurz abspülen und trocken tupfen. Das Lachsfilet zum Anrichten in feine Scheiben oder Tranchen schneiden und auf dem Salat anrichten. Den Kaviar darauf verteilen und mit Korianderblättern garnieren.

Johann Lafer am 30. März 2013

Gebratener Manchego-Käse mit Zwiebel-Marmelade

Für 4 Personen

10 rote Zwiebeln	2 EL Sonnenblumenöl	1 Lorbeerblatt
3 Zweige Thymian	Salz	1 Prise Zucker
2 EL Himbeeressig	2 EL Rübensirup	2 EL Sojasauce
300 g Manchego	3 EL Mehl	1 EL Butterschmalz
1 kleines Baguette	grüne und rote Trauben	

Die Zwiebeln schälen halbieren und in Scheiben schneiden. In Sonnenblumenöl mit einem Lorbeerblatt und einigen Zweigen Thymian weich dünsten mit Salz und Zucker würzen. Essig, Rübensirup und Sojasauce zugeben und einköcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Manchego in mundgerechte Stücke schneiden, in Mehl wenden und in Butterschmalz braten. Von dem Baguette längs einige dünne, lange Scheiben schneiden und tosten. Die Trauben halbieren und entkernen. Käsewürfel mit Zwiebelmarmelade, Baguette und Trauben anrichten.

Jacqueline Amirfallah 27. Februar 2013

Gebratener Ziegenkäse mit Walnuss-Honig-Dressing

Für 2 Portionen

2 Ziegenkäse (Crottin de Chavignol)	2 EL Olivenöl	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	30 g Walnusskerne	1 Limette
1 EL Honig	3 EL Walnussöl	$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch
100 g Feldsalat	Salz, Pfeffer	

Ziegenkäse in der Pfanne mit den Kräutern in heißem Olivenöl von beiden Seiten zwei Minuten erwärmen, so dass der Käse innen flüssig und weich wird. Walnusskerne fein hacken, in einer Pfanne ohne Fett rösten und in einer Schüssel mit dem Zitronensaft, Honig, Walnussöl und fein geschnittenem Schnittlauch vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Ziegenkäse auf Tellern anrichten, mit dem Walnussdressing beträufeln. Nach Belieben mit Feldsalat servieren.

Steffen Henssler am 06. März 2013

Gefüllte Kartoffeln mit Kräuter-Creme und Lachs-Tatar

Für 4 Personen

8 mehlig. Kartoffeln	Salz	1 Bund Schnittlauch
1 Bund Petersilie	1 Bund Kerbel	8 Stiele Dill
300 g Crème fraîche	150 g Crème double	50 g Sahne
Pfeffer, Zucker	Zitronensaft	300 g Lachsfilet
1 unbehandelte Limette	Piment d'Espelette	

Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen, trockenreiben und leicht mit Salz einreiben. Kartoffeln in Alufolie wickeln, auf ein Blech geben und im Ofen ca. 40 Minuten weich garen. Für die Kräutercreme die Kräuter abspülen, trockenschütteln und, bis auf Dill und Kerbel, fein hacken bzw. fein schneiden. Die Crème-fraîche, Crème double und Sahne mischen und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Die gehackten Kräuter dazugeben. Für den Tatar den Lachs in kleine Würfel schneiden. Dillfähnchen von den Stielen zupfen. Dillfähnchen hacken. Limette abspülen, trockenreiben und die Schale von der Limette dünn abreiben. Alle Zutaten in einer Schüssel vorsichtig vermischen und mit Salz, Pfeffer und etwas Piment d'Espelette abschmecken. Eventuell noch mit etwas Limettensaft verfeinern. Die Kartoffeln aus dem Backofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Von der Kartoffel einen Deckel abschneiden, die Kartoffel mit einem Löffel aushöhlen, dabei einen ca. 0,5 cm breiten Rand lassen. Die Kräutercreme in einen Spritzbeutel füllen und in die ausgehöhlten Kartoffeln spritzen. Kerbelblättchen grob zerzupfen. Lachstatar und Kartoffeln auf Tellern anrichten mit Kerbelblättchen garnieren.

Karlheinz Hauser am 23. September 2013

Gefüllte Tomate mit Melisse, Quark und Pimento

Für 2 Personen

1 große mehligk. Kartoffel	Salz, Pfeffer	2 große Fleischtomaten
100 g Quark (40%)	50 g Parmesan, fein gerieben	1 EL Olivenöl

Für die Melissen-Paste:

1 Bund Zitronenmelisse	1 Bund Blattpetersilie	1 Zweig Liebstöckel
1 Zweig Basilikum	1 Knoblauchzehe	2 Sardellenfilets
2 EL Olivenöl	Salz, Cayennepfeffer	

Für die Pimentosauce:

1 rote Paprikaschote	4 EL Olivenöl	Salz, Cayennepfeffer
----------------------	---------------	----------------------

Kartoffel in der Schale kochen, schälen und durch eine Presse drücken und mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten schälen, Strunk entfernen und den Deckel vorsichtig abschneiden, Kerne entfernen und die Tomate aushöhlen. Den Quark ebenfalls mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Melissenpaste:

Von der Melisse, Petersilie, Liebstöckel und Basilikum die Blätter abzupfen und in gesalzenem Wasser kurz garen, in kaltem Wasser abschrecken. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Kräuter mit Sardellenfilets, Knoblauch und Olivenöl zu einer dicken Paste mixen. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Tomaten mit der Kartoffelmasse füllen, Melissenpaste auf die Kartoffel geben. Den Quark ebenfalls auf die Tomaten geben. Tomaten in eine Auflaufform setzen, mit Olivenöl beträufeln und mit Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten backen.

Für die Pimentosauce:

Paprika, halbieren, entkernen, Strunk entfernen und die Paprika klein schneiden. In einem Topf mit 50 ml Wasser Paprikastücke langsam weich kochen. Paprikastücke mit Olivenöl mit einem Pürierstab aufmixen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen, dann durch ein Sieb passieren. Pimentosauce in die Teller geben, die überbackenen Tomate aufsetzen und mit Melisse garnieren.

Jörg Sackmann am 09. Juli 2013

Gefüllte Zucchini-Blüten mit Zucchini-Salat

Für 4 Personen

2 Fleischtomaten	1 rote Zwiebel	4 kleine Zucchini
8 EL Olivenöl	Salz, Zucker	1 TL Tomatenmark
4 Zucchini Blüten	Saft von 1 Zitrone	2 Zweige Thymian
5 grüne Oliven	5 schwarze Oliven	1 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Basilikum		

Tomaten am Blütenansatz kreuzweise einschneiden, mit heißem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Eine Tomate in Scheiben schneiden. Die zweite Tomate halbieren. Eine Hälfte in Scheiben schneiden, die andere Hälfte fein würfeln. Zwiebel schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Zucchini abspülen und trockentupfen. Zucchini mit einem Gemüsehobel oder einer Aufschnittmaschine längs in sehr dünne Scheiben schneiden. Ein Drittel der Zucchinischeiben fein würfeln. Die Blütenstempel der Zucchini Blüten vorsichtig herausdrehen. Zwiebeln, Tomaten- und Zucchiniwürfel in 2 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Zucker würzen, Tomatenmark vorsichtig untermischen, abschmecken. Die Zucchini Blüten damit füllen. Zucchini Blüten an der Spitze vorsichtig zusammendrehen Zucchinischeiben auf einen großen Teller legen. Tomatenscheiben auf den Zucchinischeiben verteilen. Mit Salz, Zitronensaft und 4 EL Olivenöl marinieren. Von 1 Zweig Thymian die Blättchen abzupfen und über den Zucchini- und Tomatenscheiben verteilen. Oliven hacken und ebenfalls darüber streuen. 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zucchini Blüten darin vorsichtig von allen Seiten ca. 2 Minuten braten. Schnittlauch, Basilikum und übrigen Thymian abspülen und trockenschütteln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Basilikum und Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Zucchini Blüten, Zucchini-Tomaten-Salat und Kräuter anrichten. Dazu schmeckt Baguette.

Jacqueline Amirfallah am 10. Juli 2013

Gegrillter Kürbis mit Ziegenkäse und Apfel

Für 4 Personen

400 g Hokkaidokürbis	1 EL Olivenöl	3 EL Orangensaft
1 EL Haselnussöl	Saft und Schale von 1 Zitrone	Currypulver, Meersalz
1 Apfel	½ Bund Basilikum	5 EL Rapsöl
300 g fester Ziegenfrischkäse	1 EL Kürbiskerne	Puderzucker
1 Schalotte		

Den Kürbisputzen und in dünne Spalten schneiden. In einer mit 1 EL Olivenöl eingestrichenen Grillpfanne von beiden Seiten kurz grillen. Kürbisspalten in eine flache Schale legen. Orangensaft mit Haselnussöl, Zitronensaft und Schale sowie etwas Currypulver verrühren. Mit Meersalz würzen. Die gegrillten Kürbisspalten damit übergießen und etwa 10 Minuten marinieren. Den Apfel waschen, trockenreiben, schälen, würfeln und zum Kürbis geben. Das Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Mit dem Rapsöl sehr fein pürieren. Den Ziegenkäse grob zerbröckeln. Im Basilikumöl etwa 15 Minuten marinieren. Kürbiskerne in Streifen schneiden und in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. 1 EL Puderzucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Kürbiskerne auf Backpapier geben und erkalten lassen. Die Schalotte schälen und in sehr feine Scheiben schneiden. Die Kürbisspalten auf flache Teller verteilen. Die marinierten Ziegenkäsestücke darüber geben. Schalottenringe auf dem Ziegenkäse verteilen. Geröstete Kürbiskerne darüber streuen. Dazu passt Baguette

Michael Kempf am 08. November 2013

Gemüse-Salat mit Sprossen und Sesam-Hähnchen

Für 2 Personen

200 g Kartoffeln	Salz	100 g Knollensellerie
100 g Kürbis	100 g Zucchini	100 g rote Paprika
6 Champignons	2 EL Zitronensaft	1 EL gehackte Petersilie
1 EL gehacktes Basilikum	1 EL gehacktes Schnittlauch	3 EL heller Balsamessig
Salz, Pfeffer	5 EL Olivenöl	2 Hähnchenbrüste (à 150 g)
100 ml Sojasauce	1 Ei	100 g Sesamkörner
2 EL Sonnenblumenöl	4 EL Sprossen	

Kartoffeln waschen und in Salzwasser garen. Abgießen, ausdämpfen. Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Sellerie Kürbis, Zucchini und Paprika, putzen bzw. schälen, entkernen und in Scheiben bzw. Paprika in Stücke schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Sellerie und Kürbis in Salzwasser ca. 1 Minute blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Petersilie, Basilikum und Schnittlauch in eine Schüssel geben. Mit Essig, Salz, Pfeffer und Öl zu einer Vinaigrette verrühren. Das vorbereitete Gemüse zugeben und alles mischen. Etwa 15 Minuten marinieren lassen. Inzwischen die Hähnchenbrüste abtupfen. Sojasauce in eine flache Schale geben und die Brüste darin von beiden Seiten ca. 5 Minuten marinieren. Ei verquirlen. Sesam in eine flache Schale geben. Hähnchenbrüste aus der Sojasauce nehmen, trockentupfen. Im Ei wenden und danach mit dem Sesam panieren. Hähnchenbrüste im heißen Öl von beiden Seiten ca. 4 Minuten goldbraun braten. Herausnehmen und schräg in Stücke schneiden. Sprossen abspülen und trockentupfen. Gemüsesalat abschmecken. Mit Hähnchenstücken und Sprossen anrichten.

Otto Koch am 20. September 2013

Geräucherte Enten-Brust-Scheiben mit eingelegtem Kürbis

Für 4 Personen

Für den Kürbis:

1 Schalotte	2 EL Apfelessig	1 TL Salz
1 TL Zucker	2 Gewürznelken	2 Pimentkörner
2 Pfefferkörner	½ Knoblauchzehe	1 Zimtstange
1 Sternanis	2 Lorbeerblätter	1/2 TL Koriandersaat
1/2 TL Senfsaat	1/2 TL Honig	200 g Hokkaidokürbis

Für die Entenbrustscheiben:

150 g geräucherte Entenbrust	100 ml Rapsöl	65 ml heller Balsamico
35 g Senf	50 g Zucker	Meersalz, Pfeffer
150 ml mildes Olivenöl	200 g Rucola	4 Kirschtomaten
3 EL Rote Bete Sprossen		

Die Schalotte schälen und würfeln. Mit 200 ml Wasser, Essig und den Gewürzen in einen Topf geben und aufkochen. Den Kürbis gegebenenfalls schälen, entkernen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Die Kürbiswürfel in ein Einmachglas füllen, mit der sprudelnd kochenden Flüssigkeit übergießen, verschließend und mindestens 2 Tage kalt stellen und ziehen lassen. Für die Entenbrustscheiben Die geräucherte Entenbrust im Tiefkühlgerät ca. 1 Stunde anfrieren. Für das Dressing Rapsöl, Essig, Senf, 3 EL Wasser, Zucker, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben und alles verquirlen. Während der Mixer läuft, das Olivenöl nach und nach einfließen lassen bis eine cremige Emulsion entsteht. Den Rucola putzen, waschen und trocken schleudern, mit ausreichend Dressing marinieren. Tomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Jeweils 1-2 EL Kürbis aus dem Fond nehmen und mittig auf die Tellern anrichten. Die Entenbrustscheiben aus dem Tiefkühler nehmen und in sehr hauchdünne Scheiben schneiden. Entenbrust auf dem Teller anrichten, Rucola auf dem Kürbis anrichten und mit Rote Bete Sprossen bestreuen.

Frank Buchholz am 07. Oktober 2013

Geschüttelte Chicken Fingers mit Süßkartoffel-Chips

Für vier Portionen

Für die Chicken Fingers:

4 Maishähnchenbrüste	$\frac{1}{2}$ TL grobes Salz	1 Msp. brauner Zucker
$\frac{1}{2}$ TL fruchtiges Currypulver	1 Msp. Paprika Edelsüß	1 EL Sojasauce
1 unbehandelte Limette	4 EL Speisestärke	Erdnussöl

Für die Süßkartoffelchips:

2 große Süßkartoffeln	$\frac{1}{2}$ Bund Blattpetersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
1 Limette	$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	Salz, Pflanzenfett

Für den Sauerrahmespuma:

100 ml flüssige Butter	1 Ei (Größe M)	2 Eigelbe (Größe M)
1 Zitrone	150 g Sauerrahm	Koriander, Salz, Pfeffer

Die Maishähnchenbrüste mittig halbieren, jede Hälfte in vier bis fünf Streifen schneiden und in einen großen Frühstücksbeutel geben. Salz, braunen Zucker, Curry und Paprika zugeben. Danach die Hähnchenstreifen ordentlich schütteln. Die Schale der Limette reiben, zusammen mit der Sojasauce zu dem Hähnchen geben und erneut schütteln. Zum Schluss die Stärke in den Beutel geben und kräftig schütteln, damit sich die Stärke gleichmäßig verteilt. Anschließend auf ein Sieb ausleeren und die überschüssige Stärke abschütteln. Nun die Chicken Fingers im erhitzten Erdnussöl vier bis fünf Minuten knusprig ausbacken, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und gegebenenfalls mit Salz nachwürzen. Für die Kartoffelchips die Kartoffeln schälen und in circa zwei Mal acht Zentimeter große Stifte schneiden. Die Blattpetersilie und den Koriander waschen, trocken schleudern, von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Die Chips nun langsam bei circa 140 bis 160 Grad sieben bis acht Minuten knusprig ausbacken. Den Saft einer Limette auspressen. Die Chips auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Limettensaft, Salz und Curry würzen. Kurz vor dem Servieren die Kräuter darüber streuen. Für den Espuma den Saft einer Zitrone auspressen und zusammen mit Butter, Eiern und Sauerrahm in einem Mixbecher fein mixen. Kräftig mit Salz, schwarzem Pfeffer und Koriander abschmecken. Anschließend durch ein feines Sieb laufen lassen. Die Flüssigkeit nun in die Espumafflasche füllen und in einem Wasserbad heiß stellen. Dabei die Flasche bei stetig ansteigender Hitze erwärmen (maximal 85 Grad) und dabei gelegentlich schütteln. Die Chicken Fingers auf die Teller legen. Die Chips seitlich versetzt daneben setzen und mit Sauerrahm vollenden.

Johann Lafer am 16. November 2013

Grüne Brunnenkresse-Essenz mit Räucherfisch-Zigarren

Für vier Portionen

Für die Essenz:

100 g frische Brunnenkresse	50 ml Wasser	2 Keulen vom Maishähnchen
3 Eiweiß, Größe L	1/2 L heller Geflügelfond	200 g Knollensellerie
200 g heller Lauch	2 Lorbeerblätter	4 Wacholderbeeren
1 kleine getrocknete Chilischote	grobes Meersalz	4 cl Sherry, dry

Für die Zigarren:

1 Schalotte	50 g Räucherlachs	50 g geräuchertes Forellenfilet
½ Zitrone (Saft)	1 TL Crème-fraîche	1EL Schnittlauchröllchen
4 Blätter Frühlingsrollenteig	1 Eigelb, Größe S	Pflanzenfett

Zum Anrichten:

4 Zweige Brunnenkresse

Die Brunnenkresse von den Stielen zupfen und zusammen mit Wasser einige Minuten pürieren. Danach durch ein feines Sieb streichen und sofort kalt stellen. Haut und Knochen der Keule entfernen. Das Fleisch von Fett und Sehnen befreien, klein würfeln und mit dem Eiweiß vermengen. Anschließend für einige Minuten im Gefrierfach anfrieren. In der Zwischenzeit Lauch, Sellerie putzen und würfeln. Nun Fleisch, und Gemüse mit Hilfe eines Fleischwolfs durch drehen. Das Fleisch, Gemüse, Gewürze mit kaltem Geflügelfond verrühren und langsam zum Kochen bringen. Danach für circa 15 Minuten bei mittlerer Temperatur ziehen lassen. Im Anschluss den Sud vorsichtig durch ein feines Küchenhandtuch laufen lassen und erneut zum Kochen bringen. Kurz vor dem Servieren die Brunnenkresse in die Essenz rühren und mit Salz und Sherry abschmecken. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Räucherlachs und Forellenfilet ebenso fein würfeln und zusammen mit Zitronensaft, Crème-fraîche, Schnittlauch, Schalottenwürfel verrühren und Chili abschmecken. Die Teigblätter rautenförmig nebeneinander legen und die Ränder mit Eigelb einpinseln. Die Masse auf die Teigblätter mittig platzieren, Seitenränder einschlagen und von unten nach oben zu einer Zigarre aufrollen. Danach im erhitzten Pflanzenfett drei bis vier Minuten knusprig ausbacken und auf Küchenkrepp legen. Die Brunnenkresse-Essenz in die vier vorgewärmten Teller verteilen, die Räucherfisch-Zigarren an die Ränder anlehnen und mit feinen Brunnenkresse-Blättchen vollenden.

Johann Lafer am 09. November 2013

Grüner Spargel im Speck-Mantel mit Ziegenkäse-Wan Tans

Für vier Portionen

Für den grünen Spargel:

2 Bund grüner Spargel 16 Scheiben Tiroler Speck

Für den Salat:

1 Frisée-Salat 100 g Rucola 30 ml Weißweinessig

1 TL Senf 1 TL Honig 40 ml Olivenöl

Salz, Pfeffer

Für den Ziegenkäse:

150 g Ziegenfrischkäse 1 Knoblauchzehe 2 Schalotten

2 Thymianzweige 1/2 Zitrone 16 Blätter Wan Tan Teig

1 Eigelb Butterschmalz

Spargelstangen putzen, Enden abschneiden und jede Stange mit einer Scheibe Speck umwickeln. Einen (Elektro-)Grill vorheizen und die Spargelstangen darauf etwa zehn Minuten goldbraun grillen. Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Weißweinessig mit Senf, Honig und Olivenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat damit kurz vor dem Servieren marinieren. Ziegenkäse in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Zitronenschale fein abreiben, den Saft einer halben Zitrone auspressen. Thymianblätter abzupfen und hacken. Schalotten, Knoblauch, Zitronensaft und -schale, Thymian zugeben und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Wan Tan Blätter mit der Ziegenkäsecreme füllen, die Ränder mit Eigelb einstreichen und zu Taschen zusammen falten. Im heißen Fett goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen. Den Salat mit dem Spargel auf Tellern anrichten. Wan Tans darauf legen.

Johann Lafer am 01. Juni 2013

Gratinierter Chicorée mit Orangen-Butter

Für 2 Personen

100 g Butter	1/2 TL abgeriebene Orangenschale	1/2 TL Gemüsebrühenpulver
1 EL Semmelbrösel	2 Schalotten	2 Stauden Chicorée
1 TL Puderzucker	1 TL getrockneter Thymian	1 MS Piment
125 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer	

80 g weiche Butter mit Orangenschale, Gemüsebrühepulver und Semmelbröseln gut vermischen. Die Orangenbutter zu einer kleinen Rolle formen, in Frischhaltefolie einpacken und kalt stellen. Schalotten schälen und fein schneiden. Chicorée halbieren, den Strunk herausschneiden. In einer Pfanne 1 EL Butter schmelzen, Chicorée zugeben und anbraten. Mit Puderzucker bestreuen. Schalotten, Thymian und Piment hinzugeben. Dann mit Brühe ablöschen. Nach ca. 3 Minuten Chicorée herausnehmen und in eine Gratinform geben. Orangenbutter in dünne Scheiben schneiden und auf den Chicorée legen. Unter der vorgeheizten Grillschlange oder bei Oberhitze das Gemüse bräunen. Die Flüssigkeit in der Bratpfanne leicht einkochen, mit 1 EL Butter binden und abschmecken. Die Sauce als Saucenspiegel auf Teller geben und gratinierten Chicorée darauf anrichten.

Vincent Klink 03. Januar 2013

Gratinierter Frischkäse mit Tomaten-Chutney

Für 4 Personen

Für die Tomatenchutney:

125 g frische Tomaten	30 g getrocknete Tomaten	80 g Möhren
2 Schalotten	1 kleine Knoblauchzehe	1 TL Olivenöl
30 g Einmachzucker	50 ml weißer Balsamico	Salz
1 TL eingelegter grüner Pfeffer	3 Basilikumblätter	

Für den Frischkäse:

4 Tomaten	6 Blätter Basilikum	20 g Butter
40 g Puderzucker	100 ml Weißwein	50 ml weißer Balsamico
1 Eigelb	60 g Schlagsahne	1 EL Parmesan, frisch
Salz, Pfeffer	160 g Ziegenfrischkäse	

Für die Tomatenchutney:

Tomaten am Blütenansatz kreuzweise einritzen. Kurz in heißes Wasser tauchen. Tomaten kalt abspülen und häuten. Tomaten vierteln und entkernen. Getrocknete Tomaten klein schneiden. Möhren putzen, waschen und fein würfeln. Schalotten und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl erhitzen. Die Schalotten darin farblos andünsten. Knoblauch zugeben und ebenfalls andünsten. Zucker und Essig zugeben und alles etwas einkochen lassen. Frische und getrocknete Tomaten und Karottenwürfel zufügen. Mit Salz würzen. Alles ca. 20 Minuten einkochen lassen. Eingelegten Pfeffer und fein geschnittene Basilikumblätter zugeben und würzen. Tomatenchutney in ein fest verschließbares Glas (ca. 250 ml Inhalt) abfüllen und fest verschließen.

Für den Frischkäse:

Tomaten am Blütenansatz kreuzweise einritzen und kurz in heißes Wasser tauchen. Herausnehmen, kalt abspülen. Tomaten häuten, halbieren, entkernen und in Sechstel schneiden. Basilikumblätter fein schneiden. Butter und Puderzucker in einer Pfanne hell karamellisieren lassen. Weißwein und Essig zugeben und einköcheln lassen, bis eine cremige Sauce entsteht. Zwei Drittel der Tomatensechstel und Basilikumblätter untermischen. In der Zwischenzeit Eigelb und Schlagsahne glattrühren. Parmesan zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Frischkäse auf 4 ofenfeste Teller verteilen, mit dem Eigelbschaum übergießen und unter dem heißen Backofengrill goldbraun gratinieren. Gratinierten Frischkäse herausnehmen. Marinierte Tomatensechstel darauf verteilen und mit dem Chutney in schönen Nocken, den übrigen Tomaten und Basilikumblättern garnieren. Dazu schmeckt geröstetes Sesambrot.

Jörg Sackmann am 20. August 2013

Gratinierter Kopfsalat mit Parmesan

Für 2 Personen

2 Schalotten	1 Zweig Thymian	1 fester Kopfsalat
1 EL Butter	1 EL Puderzucker	125 ml Gemüsebrühe
2 EL Olivenöl	1 Spritzer Zitronensaft	Salz, Pfeffer
80 g Parmesan		

Schalotten schälen und fein würfeln. Thymian abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Vom Kopfsalat die äußeren Blätter entfernen. Dann den Salat vierteln und kurz unter kaltem Wasser abspülen und trockenschütteln. Den Strunk herausschneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Salatviertel darin von allen Seiten kurz anbraten, mit Puderzucker bestäuben und hellgelb karamellisieren lassen. Schalotten und Thymian zufügen, mit der Brühe ablöschen. Alles ca. 3 Minuten dünsten. Salatviertel herausnehmen und in eine leicht gefettete Auflaufform geben. Die Flüssigkeit in der Pfanne um die Hälfte einkochen lassen. 1 EL Olivenöl und Zitronensaft unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Salatviertel damit begießen. Parmesan über den Salat hobeln. Mit übrigem Olivenöl beträufeln und ca. 5-7 Minuten unter dem heißen Backofengrill gratinieren.

Vincent Klink am 25. Juli 2013

Gratiniertes Fisch-Ragout in der Austern-Schale

Für 4 Personen

2 Fenchelknollen mit Grün	70 g Butter	Salz, Pfeffer
1 Schalotte	100 ml Weißwein	3 weiße Pfefferkörner
1 Bund Schnittlauch	2 Eigelbe	300 g versch. Fischfilets

Fenchel waschen, putzen, trockenreiben. Fenchelgrün abschneiden und beiseite legen. Fenchel halbieren und den harten Strunk herausschneiden. Fenchel in feine Würfel schneiden. 10 g Butter einem Topf erhitzen Fenchelwürfel darin ca. 10 Minuten weich dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotte schälen und kleinschneiden. Mit den Fenchelabschnitten, Wein, 100 ml Wasser, Salz und Pfefferkörnern um die Hälfte einköcheln lassen. 50 g Butter schmelzen. Schnittlauch abspülen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden. Den Fenchelsud durch ein Sieb in eine Schüssel geben, mit den Eigelben mischen und über einem Wasserbad cremig aufschlagen. Die geschmolzene Butter nach und nach zugeben, mit Salz würzen. Fein gehacktes Fenchelgrün und Schnittlauch unterrühren. Die Fischfilets abspülen, trockentupfen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Fischstücke salzen und von allen Seiten, in 10 g Butter, anbraten. Fischstücke mit dem Fenchelgemüse in Austernschalen oder kleine Auflaufförmchen (ca. 5 cm Durchmesser) füllen. Fenchel-Weinsauce darüber träufeln. Unter dem heißen Backofengrill ca. 5 Minuten goldbraun überbacken. Grobes Salz auf Teller geben und die Austernschalen darauf stellen, damit sie Halt haben.

Jacqueline Amirfallah am 03. Juli 2013

Hütten-Brotzeit-Brettl

Für 6 Personen

Für das Griebenschmalz:

350 g fetter Schweinebauch	2 Schalotten	1 Apfel
2 Zweige Thymian	Meersalz, Pfeffer	

Für den Obatzda:

1 Zwiebel	1/2 TL Butter	250 g reifer Camembert
150 g Speisequark (20%)	Salz, Pfeffer	1/2 TL gemahlener Kümmel
1 TL Paprikapulver, edelsüß	1 Prise Cayennepfeffer	1/2 Bund Schnittlauch
150 g Kaminwurzeln	150 g Tiroler Schinkenspeck	

Für das Griebenschmalz Schweinebauch in kleine Würfel schneiden, in einer hohen Pfanne braten, bis das Fett austritt und die Würfel knusprig werden (ca. 20 Minuten). In der Zwischenzeit die Schalotten schälen und sehr fein schneiden Apfel schälen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien, ebenfalls würfeln. Thymian abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Schalotten, Äpfel und Thymian mit Salz und Pfeffer zum ausgelassenen Schweinebauch geben und zusammen nochmals ca. 25 Minuten garen. Schmalz in hitzebeständige Gefäße füllen und abkühlen lassen. Für den Obatzda die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebelwürfel darin andünsten und abkühlen lassen. Den Camembert in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Mit einer Gabel fein zerdrücken und den Quark unterrühren. Die gedünsteten Zwiebeln unter die Käsemischung heben. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel, Paprikapulver und Cayennepfeffer abschmecken und mindestens eine Stunde durchziehen lassen. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in kleine Röllchen schneiden. Den Obatzda in ein kleines Schälchen füllen und mit Schnittlauch bestreuen. Kaminwurzeln in dünne Scheiben schneiden, zusammen mit Schinkenspeck auf einem Brett anrichten und mit Obatzda und Griebenschmalz servieren. Dazu frische Laugenbrezeln oder Holzofenbrot servieren.

Karlheinz Hauser 14. Januar 2013

Hausers Spezial Spiegelei mit scharfer Mini-Currywurst

Für 4 Personen

Für die Spezial-Curry-Sauce:

1 Zwiebel	50 ml Speiseöl	50 g Butter
Jaipur Curry	Madras Curry	Purple Curry
200 ml Orangensaft	150 ml Cola	300 g geschälte Tomaten
500 g Ketchup	Salz, Pfeffer	4 Mini Wiener Würstchen

Für die Spiegeleier:

6 Eier	1 kleine rote Zwiebel	1 Tomate
1/2 Bund Schnittlauch	Meersalz, Pfeffer	1 EL Butter

Für die Spezial-Curry-Sauce:

Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden. 30 g Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel darin glasig anbraten. Die drei Currysorten darüber stäuben und rösten. Mit Orangensaft und Cola ablöschen und einköcheln lassen. Die Tomaten zugeben und um die Hälfte einkochen. Dann die Sauce vorsichtig pürieren. Zum Schluss Ketchup unterrühren, nochmals aufkochen lassen und abschmecken.

Für die Spiegeleier:

2 Eier ca. 7 Minuten hart kochen. Herausnehmen, mit kaltem Wasser abspülen, pellen und durch eine Presse (z. B. Kartoffelpresse) drücken. Zwiebel schälen und fein würfeln. Tomate mit kochendem Wasser überbrühen und häuten. Tomate halbieren, das Kerngehäuse entfernen. Tomate fein würfeln. Schnittlauch abspülen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden. In zwei Pfannen jeweils Butter und das übrige Öl (für die Currysauce) erhitzen. In der Butter aus den übrigen 4 Eiern Spiegeleier bereiten, mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenwürfel, Zwiebeln, gepresste hart gekochte Eier und Schnittlauch darauf verteilen. Würzen. In der Pfanne mit dem Öl die Mini Wiener braten. Würstchen und Eier auf Tellern anrichten. Sauce über die Mini-Wiener geben. Dazu passt frisches Holzofenbrot.

Karlheinz Hauser am 08. Juli 2013

Heilbutt-Filet mit Sommer-Salat

Für 2 Portionen

2 Heilbuttfilets	150 g Kaiserschoten	Olivenöl
3 Limetten	Ingwer, Knoblauch	Salz, Pfeffer
1 Birne	1 Zitrone	0,5 Bund Minze
Chili		

Leicht gesalzenes Wasser für die Kaiserschoten aufsetzen. In einen zweiten kleinen Topf circa 200 Milliliter Olivenöl geben. Die Limetten in Scheiben schneiden und die Limettenscheiben ins Öl geben. Das Öl darf höchstens eine Temperatur von 60 Grad erreichen. Knoblauch grob klein schneiden und mit ins Öl geben. Drei Scheiben Ingwer dazugeben. Die Gewürze im warmen Öl langsam ziehen lassen, so entsteht ein Gewürzöl. Den Heilbutt von der Haut nehmen. Die Kaiserschoten ins erhitzte Wasser geben und kurz blanchieren. Die Kaiserschoten daraufhin ins Eiswasser geben, damit der Garprozess unterbrochen wird. Sobald das Gewürzöl leicht zu sprudeln beginnt, entfalten der Ingwer, die Limetten und der Knoblauch ihre Aromaten. Den Heilbutt in das Gewürzöl geben und garen lassen. Achten Sie darauf, dass es nicht zu heiß wird. Die Birne zuerst in dünne Scheiben und dann in dünne Streifen schneiden, danach die abgeschreckten Kaiserschoten ebenfalls in dünne Streifen schneiden und in einer Salatschüssel vermischen. Zum Marinieren des Salates eine Prise Salz, einen Spritzer Zitrone und ein kleiner Schuss Gewürzöl dazugeben. Abrundend ein Hauch frische Minze dazugeben, ein wenig Pfeffer und sehr wenig Chili. Zunächst den Salat auf Tellern anrichten. Auf den Salat den Heilbutt geben und abschließend ein wenig Gewürzöl rüber träufeln.

Steffen Henssler am 21. November 2013

Jakobsmuscheln mit glasiertem Chicorée und Nussbutter

Für 2 Personen

Für das Kartoffelpüree:

500 g Kartoffeln	Salz	100 g Sahne
80 g Butter	Muskat	

Für die Sauce:

2 Schalotten	50 g Butter	200 ml Weißwein
100 ml Wermut	500 ml Fischfond	200 g Sahne
50 g Crème-fraîche	Salz, Piment d'Espelette	Zitronensaft

Für den Chicorée:

4 Kolben Chicorée	Salz	4 EL Olivenöl
30 g Puderzucker	50 ml weißer Balsamico	1 Bund Blattpetersilie
weißer Pfeffer	Zitronensaft	

Für die Jakobsmuscheln:

8 ausgelöste Jakobsmuscheln	4 EL Olivenöl	Salz, weißer Pfeffer
-----------------------------	---------------	----------------------

Für das Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser weich kochen. Abgießen, ausdämpfen lassen und dann zweimal durch eine Kartoffelpresse drücken. Butter in einer Pfanne leicht bräunen. Sahne und 50 ml gebräunte Butter mischen und in einem kleinen Topferhitzen aber nicht kochen. Anschließend zu den Kartoffeln geben und vorsichtig unterheben. Die Masse durch ein feines Sieb streichen. Mit Salz und Muskat abschmecken und warm stellen.

Für die Sauce:

Schalotten schälen und fein schneiden. 20 g Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten darin andünsten. Mit Weißwein und Wermut ablöschen und etwa um die Hälfte einkochen lassen. Fischfond zugeben, und erneut um die Hälfte einkochen. Sahne und Crème-fraîche zugeben und ebenfalls einköcheln lassen, bis die Sauce eine cremige Konsistenz hat. Mit Salz, Piment d'Espelette und Zitronensaft abschmecken. Dann mit einem Stabmixer aufschäumen, übrige kalte Butterflocken unterrühren.

Für den Chicorée:

Den Chicorée putzen, halbieren und den Strunk entfernen. Chicorée quer in etwa 2 cm breite Stücke schneiden und waschen. In sprudelnd kochendem Salzwasser kurz blanchieren, abgießen, abtropfen lassen und in Eiswasser abschrecken. Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Puderzucker darüber stäuben und zart karamellisieren lassen. Mit Balsamico ablöschen. Chicorée zufügen und bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten dünsten. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Unter den Chicorée mischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.

Für die Jakobsmuscheln:

Jakobsmuscheln trockentupfen und in heißem Olivenöl von beiden Seiten ca. 2 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Kartoffelpüree auf vorgewärmte Teller geben. Die Chicoréeblätter darauf verteilen. Jakobsmuscheln darauf setzen, restliche braune Butter und aufgeschäumte Fischsauce darüber träufeln.

Jörg Sackmann am 17. Dezember 2013

Kartoffel-Blinis mit Vanille-Creme und Preiselbeeren

Für 4 Personen

Für den Bliniteig:

200 g Kartoffeln, mehlig	Salz	50 g Buchweizenmehl
100 g Weizenmehl	2 EL flüssige Butter	20 g frische Hefe
1 EL Zucker	1 EL Rosinen	3-4 EL Butterschmalz
Puderzucker		

Für die Vanillecreme:

1 Vanilleschote	3 EL Zucker	1 EL Speisestärke
1 Eigelb	250 ml Milch	50 g Sahne
2-3 EL Preiselbeerkompott		

Für den Bliniteig:

Die Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser garen. Abgießen und pellen. Kartoffeln durch eine Presse drücken, Buchweizenmehl, Mehl und flüssige Butter zugeben. Hefe darüber bröckeln und ca. 100 ml lauwarmes Wasser angießen. 1 EL Zucker und 1 Prise Salz zugeben. Alles zu einem leicht zähfließenden Teig kneten. (Es empfiehlt sich zuerst etwas weniger Wasser zu nehmen, ist der Teig zu trocken, noch etwas Wasser zugeben). Die Rosinen hacken und unter den Hefeteig mischen. Den Teig abgedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen.

Für die Vanillecreme:

Die Vanille der Länge nach aufschneiden und das Mark herausstreichen. Vanillemark, Zucker, Stärke, Eigelb und 50 ml Milch verrühren. Restliche Milch mit der ausgekratzten Vanilleschote aufkochen. Die Stärkemischung mit einem Schneebesen unterrühren. Unter ständigem Rühren mehrmals aufwallen lassen. Die Vanilleschote wieder entfernen und die Vanillecreme in eine Schüssel umfüllen. Etwas kalt rühren. Sahne halbsteif schlagen und mit den Preiselbeeren unter die Vanillecreme heben, abschmecken. In einer Pfanne mit etwas Schmalz bei mittlerer Hitze aus dem Teig nacheinander Blinis ausbacken (von jeder Seite ca. 2 Minuten). Die Blinis mit Puderzucker bestreuen, etwas Vanillecreme darauf geben, 3 Blinis aufeinanderschichten und servieren.

Vincent Klink 14. Februar 2013

Kleine Käse-Zwiebel-Kuchen mit Birne

Für 8 Stück:

3-4 EL Butter	450 g Blätterteig	1 EL Hartweizengrieß
100 ml Milch	150 g magerer Speck	500 g Zwiebeln
100 g Emmentaler	100 g Gruyère	100 g Appenzeller
100 g Fontina	150 g Joghurt	200 g Sauerrahm
400 g Sahne	2 Birnen	Saft von 1 Zitrone
1 Ei	2 Eigelb	Salz, Pfeffer

8 kleine Tarteletteformen (ca. 15 cm Durchmesser) mit 1- 2 EL Butter ausfetten. Den Blätterteig 3-4 mm dick ausrollen und die gefettete Tarteletteformen damit auslegen. Den Rand sauber abschneiden. Für den Guss den Grieß mit 25 ml Milch vermischen. Restliche Milch aufkochen, dann den angerührten Grieß in die Milch geben und unter Rühren kurz aufkochen lassen. Den Topf vom Herd ziehen und den Grieß quellen lassen. Den Backofen auf 190 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Speck in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne knusprig auslassen. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebeln im Speckfett mit 2 EL Butter glasig andünsten, die Speckwürfel wieder untermischen. Alle 4 Käsesorten reiben und alles, bis auf 4 EL, in eine Schüssel geben. Mit dem Joghurt, Sauerrahm und 200 g Sahne mischen. Die Birnen schälen, entkernen und in dünne Streifen schneiden. In Zitronenwasser legen damit sie nicht braun werden. Übrige Sahne mit Ei und Eigelben vermischen, mit Salz, etwas Pfeffer würzen. Die Sahne-Ei-Masse mit dem Grießbrei ca. 2 Minuten gut verrühren. Dann Käse-Joghurt-Mischung unterheben. Die Birnenscheiben als Fächer in die mit Teig ausgelegten Formen legen. Die Speckzwiebeln darüber geben. Den Guss angießen und mit den Zwiebeln etwas vermischen, Den übrigen Käse darüber streuen. Im vorgeheizten Ofen ca. 30-40 Minuten goldgelb backen.

Karlheinz Hauser am 02. September 2013

Kopfsalat mit Speck, Kartoffel-Dressing und Kernen

Für 4 Personen

1 großer Kopfsalat	3 Scheiben Toastbrot	3 EL Butter
50 g Sonnenblumenkerne	50 g Pinienkerne	2 Scheiben Frühstücksspeck
1 Kartoffel (vorw. fest)	1 Zwiebel	$\frac{1}{4}$ Knoblauchzehe
1 EL Traubenkernöl	100 ml Weißwein	400 ml Brühe
$\frac{1}{2}$ TL Senf 1 Lorbeerblatt	50 ml Weißweinessig	2 EL Walnussöl
50 ml Sonnenblumenöl	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
1 TL Zucker		

Den Kopfsalat mit kaltem Wasser abspülen. In einer Salatschleuder oder mit einem Küchentuch trockenschleudern. Kopfsalatblätter in mundgerechte Stücke zupfen. Das Toastbrot in kleine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Toastbrotwürfel darin goldbraun anrösten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Sonnenblumen- und Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Beiseite stellen. 1 Scheibe Speck fein würfeln und ebenfalls knusprig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Kartoffel waschen, schälen und fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Übrigen Speck ebenfalls würfeln. Traubenkernöl in einem kleinen Topf erhitzen. Speck, Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Brühe zugeben und ebenfalls um die Hälfte einkochen lassen. Kartoffeln, Senf und Lorbeerblatt zugeben und alles ca. 30 Minuten köcheln. Wenn die Kartoffeln weich sind, den Essig und die Öle zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Alles mit einem Pürierstab aufmixen, bis ein cremiges Dressing entsteht. Kopfsalatblätter in eine Schüssel geben. Dressing darüber träufeln. Geröstete Kerne, Toastbrotwürfel und Speck darüber streuen. Alles mischen und anrichten. Dazu passt Baguette.

Karlheinz Hauser am 03. Juni 2013

Kopfsalat-Lassi mit Matjes

Für 4 Personen

Für das Lassi:

2 Blatt Gelatine	1 Kopfsalat	1 Salatgurke
1/2 grüne Paprika	1 Knoblauchzehe	300 g Joghurt
50 ml weißer Balsamico	Salz, Pfeffer	1 Msp. Piment d'Espelette
1 Prise Zucker	80 ml Olivenöl	1 Spritzer Zitronensaft

Für die Einlage:

2 Matjesfilets ohne Haut	2 Tomaten	150 g Salatgurke
4 Radieschen	2 hart gekochte Eier	1 Zwiebel
1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Koriander	1/2 Bund Blattpetersilie

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Kopfsalat putzen und waschen, Strunk entfernen und nur die dunkelgrünen Blätter verwenden. Das Herz zur Seite legen. Die Gurke schälen, halbieren und die Kerne austreichen, dann das Fruchtfleisch klein schneiden. Paprika waschen, halbieren, entkernen und klein schneiden. Knoblauch schälen und klein schneiden. Joghurt mit Salatblättern, Gurke, Paprika, Knoblauch und Joghurt in einen Cutter geben und fein mixen. Balsamico erwärmen, die eingeweichte Gelatine gut ausdrücken und in dem warmen Essig auflösen. Dann unter den gemixten Salatjoghurt mischen. Die Masse durch ein feines Sieb passieren und mit Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette und Zucker würzen. Das Olivenöl nach und nach einrühren, abschmecken und das Lassi kalt stellen. Die Matjesfilets in 1 cm breite Streifen schneiden. Tomaten am Strunk einritzen, in heißem Wasser kurz blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken, die Haut abziehen. Tomaten vierteln, entkernen, dann in feine Würfel schneiden. Gurke schälen, halbieren und die Kerne austreichen. Dann die Gurkenhälfte vierteln und in feine Scheiben schneiden. Radieschen waschen und in feine Blättchen schneiden. Von den gekochten Eiern Eigelb und Eiweiß getrennt in Würfel schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Matjes mit all den klein geschnittenen Gemüsen und Eiern vorsichtig vermengen. Die Blätter vom Kopfsalatherz lösen und mit 1 Spritzer Zitronensaft, 1 TL Olivenöl und einer Prise Salz marinieren. Schnittlauch, Koriander und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Matjes mit dem Gemüse dekorativ in einem großen tiefen Teller verteilen, marinierte Salatblätter obenauf geben und mit gekühltem Lassi übergießen, mit den Kräutern bestreuen und servieren.

Jörg Sackmann am 18. Juni 2013

Krabben-Apfel-Tatar

Für eine Portion:

1 großer Apfel	150 g Nordseekrabben	2 EL Schmand
1 Zwiebel	1 unbehandelte Zitrone	Petersilie (kraus)
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Den Apfel mit Schale in kleine Würfel schneiden. Die Krabben im Verhältnis 1 zu 1 mit dem Apfel mischen und in eine Schüssel geben. Zwei Esslöffel Schmand dazugeben und alles vermengen. Die Zwiebel abziehen, in feine Würfel schneiden und in die Schüssel geben. Die Masse mit dem Anrieb einer Zitrone, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie hacken und hinzufügen. Das Ganze mit einem Schuss Olivenöl vermengen. Das Tatar mit Hilfe von Ausstechringen auf Tellern anrichten.

Tipp:

Anstelle der Zwiebeln eignet sich auch Schnittlauch!

Steffen Henssler am 24. Juni 2013

Lachs-Carpaccio mit Krebs-Fleisch und Schnittlauch

Für 2 Personen

2 Schalotten	50 g Frisée	1/2 Bund Schnittlauch
1 Limette	50 g eingelegter Ingwer	100 g Flusskrebbsfleisch
4 EL Olivenöl	250 g Lachsfilet	Meersalz, Pfeffer
brauner Zucker	1 EL Champagner-Essig	1 EL Forellenkaviar

Die Schalotten schälen und fein schneiden. Frisée putzen, waschen und abtropfen lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Von der Limette etwas Saft auspressen. Eingelegten Ingwer in feine Streifen schneiden. Flusskrebse abtropfen lassen. Zwei große Teller dünn mit Olivenöl bepinseln. Den Lachs in dünne Scheiben aufschneiden und die Teller damit kreisförmig auslegen. Dann den Fisch mit Meersalz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und etwas Limettensaft würzen, die Schalotten darüber streuen und mit Olivenöl beträufeln. Ebenfalls die Flusskrebse darauf verteilen. Essig mit 2 EL Olivenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und den Frisée darin marinieren, dann marinierten Salat mit Ingwer und Schnittlauch mittig auf dem Carpaccio verteilen. Mit je 1 TL Forellenkaviar garnieren und servieren.

Karlheinz Hauser am 21. Oktober 2013

Lachs-Carpaccio mit Limetten-Marinade und Zucchini

Für 4 Personen

Für die Brötchen:

200 g Weizenmehl (Type 450)	1/2 TL Salz	1/2 Würfel Hefe
100 g Joghurt	1 Prise Zucker	1 EL Olivenöl
1 EL gemahlener Fenchelsamen		

Für Lachs und Zucchini:

2 mittelgroße Zucchini	Salz	1 Knoblauchzehe
9 EL Olivenöl	400 g extrafrisches Lachsfilet	3 Bio- Limetten
2 EL Schnittlauchröllchen		

Für den Teig:

Mehl, ca. 75 ml lauwarmes Wasser, Salz, Hefe, Joghurt, Zucker, Olivenöl und Fenchel zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Teig mit einem Geschirrtuch abdecken und auf die doppelte Größe aufgehen lassen. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Den Teig erneut kneten und zu vier Brötchen formen. Brötchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, erneut abdecken und gehen lassen. Brötchen im Backofen ca. 20 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen.

Für Lachs und Zucchini:

Die Zucchini abspülen, trockenreiben und mit dem Gemüsehobel längs in dünne Scheiben schneiden. 2/3 der Zucchini leicht salzen. Knoblauchzehe halbieren. Eine Grillpfanne mit dem Knoblauch und 1 EL Olivenöl austreichen. Die Zucchinischeiben darin portionsweise von beiden Seiten grillen. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Lachs abspülen und trockentupfen. Vom Lachs 4 fingerdicke Stücke abschneiden. Den übrigen Lachs in hauchdünne Scheiben schneiden. Lachsscheiben auf einen Teller geben. Von 2 Limetten die Schale dünne abreiben. Limetten halbieren und den Saft auspressen. Salz und 6 EL Olivenöl verrühren. Die Hälfte der Marinade über die Lachsscheiben träufeln. Rohe Zucchinischeiben mit der übrigen Marinade mischen. Schnittlauchröllchen darüber streuen. Die übrige Limette dick schälen und die Filets herausschneiden. Lachsscheiben, die gegrillten und roh marinierten Zucchinischeiben abwechselnd auf Tellern anrichten. Die 4 Lachsstücke salzen und in den übrigen 2 EL Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten. Innen sollen die Lachsstücke glasig bleiben. Lachsstücke auf das Carpaccio setzen und mit den warmen Brötchen servieren.

Jacqueline Amirfallah am 21. August 2013

Lachs-Omelett auf Toast mit Senf-Soße

Für vier Portionen

2 EL Senf	3 EL Honig	1-2 EL Olivenöl
200 g Räucherlachs	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
6 Eier	100 ml Sahne	4 Scheiben Toastbrot
30 g Butter	1/2 Bund Dill	Salz, Pfeffer

Für die Senfsauce Senf, Honig und Olivenöl verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Lachs in dünne Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. 30 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und beides darin anschwitzen. Eier mit Sahne verquirlen und kräftig aufschlagen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eier-Sahne in die Pfanne geben und langsam stocken lassen. Auf die noch flüssige Oberfläche die Lachsstreifen streuen und das Omelett ganz stocken lassen. Die Toastscheiben im Toaster goldgelb rösten, anschließend mit etwas Butter bestreichen. Das Omelett halbieren, in vier Tortenstücke schneiden und diese auf dem Toast anrichten. Zuletzt die Senfsauce darüber träufeln und mit frisch geschnittenem Dill bestreuen.

Horst Lichter am 23. März 2013

Lachs-Timbale mit Joghurt-Anis-Soße und Feld-Salat

Für 6 Personen

1 Stange Lauch	Salz	6 Garnelen
4 EL Olivenöl	Pfeffer	350 g Lachsfilet
300 ml Sahne	1 Ei	20 ml Cognac
1 EL Butter	50 ml Fischfond	2 Sternanis
100 g Feldsalat	150 g Joghurt	150 g Crème-fraîche
10 ml Anisschnaps	1 Schalotte	1 -2 EL Himbeeressig

Den Backofen auf 90 Grad vorheizen. Den Lauch längs halbieren und in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Garnelen schälen, den Darm entfernen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl rundum braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gebratene Garnelen in grobe Stücke schneiden. Den Lachs fein schneiden, mit Sahne und Ei in einen Cutter geben und zu einer Farce verarbeiten. Mit Cognac, Salz und Pfeffer abschmecken. 6 Timbaleförmchen (Becherförmchen aus Edelstahl, Inhalt ca. 100 ml) mit Butter austreichen und mit den blanchierten Lauchblättern auslegen, am oberen Rand jeweils 5 cm überhängen lassen, damit, wenn die Form gefüllt ist, auch die Oberfläche mit Lauch abgedeckt werden kann. Dann die Förmchen bis zur Hälfte mit Farce füllen, die Garnelen als Einlage platzieren und mit der restlichen Farce füllen. Mit den überhängenden Lauchblättern gut abdecken. Die Förmchen in ein Wasserbad stellen und im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten pochieren. Herausnehmen und stehen lassen. Fischfond aufkochen, Sternanis zugeben, auf 1-2 EL einkochen, abseihen und abkühlen lassen. Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Den Joghurt mit Crème-fraîche mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und dem abgekühlten Fond vermischen, evtl. noch etwas Anisschnaps zugeben. Schalotte schälen und fein schneiden. 3 EL Olivenöl und Himbeeressig mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, Schalotte zugeben und den Feldsalat damit anmachen. Die Lachstimbale aus der Form stürzen und mit Sauce und Feldsalat anrichten.

Flora Hohmann am 15. November 2013

Lamm-Filets im Pancetta-Mantel, Bohnen-Radieschen-Salat

Für vier Personen

400 g Bohnen, grün	1 Bund Radieschen	1 Orange, saftig
16 Scheiben Pancetta, dünn	8 Lammfilets	20 g Butterschmalz
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	5 Wacholderbeeren
1 Knoblauchzehe	2 Schalotten	3 TL Balsamico-Essig
1 EL Orangenmarmelade	1 EL Walnussöl	3 EL Olivenöl
100 g Rucola	Salz, Pfeffer	Zucker

Die Bohnen putzen, waschen und schräg in Stücke schneiden. In reichlich leicht gesalzenem Wasser fünf Minuten bissfest kochen, abgießen und in Eiswasser abschrecken. Die Radieschen putzen, waschen und vierteln. Von der Orange die Schale dünn abreiben. Den Saft der Orange auspressen. Die Schalotten schälen und klein würfeln. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Den Rucola waschen. Je zwei Pancettascheiben nebeneinander auslegen. Die Lammfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in den Pancetta wickeln. Den Wacholder zerdrücken, die Knoblauchzehe ungeschält halbieren. Nun die unwickelten Lammfilets in heißem Butterschmalz zusammen mit den Kräutern, dem Wacholder und Knoblauch rundum anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Ofen in circa zehn Minuten fertig garen. In einem kleinen Topf Schalotten, Knoblauch, Orangenschale, Essig und Orangenmarmelade fünf Minuten einkochen. Vom Herd nehmen und das Öl unterrühren. Die Vinaigrette mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Bohnen, Radieschen und den Rucola abschließend zur Vinaigrette in die Schüssel geben und locker miteinander mischen. Die Lammfilets in schräge Scheiben schneiden. Den Salat auf Teller verteilen. Die Fleischscheiben darauf legen und alles mit der restlichen Vinaigrette beträufelt servieren.

Johann Lafer am 12. Januar 2013

Lauch-Quiche

Für 8 Personen

Für den Teig:

200 g Mehl ca. 100 g Butter 1 Prise Salz

Für den Belag:

1 Schalotte 1 Stange Lauch 50 g Würfel-Speck
1 EL Butter 80 g Greyerzer 250 ml Milch
2 Eier 10 g Mehl Salz, Pfeffer

Mehl, Butter und Salz mit ca. 1-2 TL Wasser zu einem Teig verarbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und im Kühlschrank 1 Stunde ruhen lassen. Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Schalotte schälen und würfeln, Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden, den Speck in feine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Schalotte, Lauch und Speck darin anbraten. Eine runde Backform mit Rand (ca. 26 cm) ausfetten. Den Teig ca. 5 mm dick ausrollen und in die Form legen. Der Rand sollte etwa 3 – 4 cm hoch sein. Die Lauch-Speck-Mischung auf den Teig geben. Den Greyerzer Käse darüber reiben. Die Milch mit den Eiern und Mehl verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf die Quiche geben. Im vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen. Die Quiche etwas stocken lassen, dann aus der Form stürzen und anrichten. Dazu passt Feldsalat.

Otto Koch 01. Februar 2013

Lauwarmer Lamm-Bohnen-Salat

Für 2 Portion:

200 g Lammfilet	250 grüne Bohnen	2 Scheiben Ciabatta
30 g Macadamianüsse	3 EL getr. Kirschtomaten	1 Zwiebel
1 Zitrone	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Blatt Petersilie
Fond, Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Einen Topf mit Wasser erhitzen und etwas Salz hineingeben. Danach die Bohnen waschen und in das kochende Wasser geben. Eine große Pfanne mit Öl erhitzen. Zwei Scheiben Ciabatta in grobe Croutons schneiden und in die Pfanne geben. Nun die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden, zu den Ciabatta-Croutons geben und anbraten. Eine weitere Pfanne erhitzen und die Macadamianüsse darin rösten. Das Lammfilet in grobe Würfel schneiden und mit den Croutons in der Pfanne und rosa braten. In der Zwischenzeit die Bohnen abgießen und in eine Schüssel geben. Nun die Croutons, Zwiebeln und das angebratene Lamm dazugeben und vermengen. Noch etwas Öl in eine Pfanne geben und die Kirschtomaten darin anbraten. Dann den Rosmarinzweig zu den Tomaten geben und kurz gemeinsam braten. Nun den Zweig herausnehmen, fein hacken und in die Schüssel mit den anderen Zutaten geben. Die getrockneten Tomaten ebenfalls unterheben. Eine Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte über die Bohnen und das Lamm pressen. Einen kleinen Schuss Fond und Olivenöl ebenfalls darüber geben und vermischen. Wenn nötig, noch mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Zum guten Schluss etwas Blatt Petersilie hacken und darüber streuen. Den lauwarmen Salat zum auf Tellern anrichten. Guten Appetit!

Steffen Henssler am 02. August 2013

Linsen-Salat mit Wachteln und Balsamico

Für 4 Personen

200 g Puy-Linsen	4 Schalotten	30 g Butter
400 ml Geflügelbrühe	Salz	Pfeffer
100 g Karotte	1 Stange Lauch	100 g Knollensellerie
100 ml alter Balsamico	½ Bund Petersilie	12 Wachtelbrüste
1 Stiel Rosmarin	2 EL Olivenöl	2 EL Butter
150 g Pfifferlinge		

Die Linsen 1 Stunde in kaltem Wasser einweichen. 2 Schalotten schälen und würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten darin andünsten. Die abgetropften Linsen zugeben und ebenfalls ca. 2 Minuten andünsten. Die Brühe zu den Linsen zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Linsen ca. 30 Minuten weich kochen. Karotte, Lauch und Sellerie putzen, schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Gemüsegewürfel ca. 1 Minuten blanchieren, herausnehmen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Gemüsegewürfel zu den Linsen geben und ca. 1-2 Minuten mit dünsten. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Blättchen fein schneiden. Essig zu den Linsen geben und etwas einköcheln lassen. Petersilie untermischen und abschmecken. Salat lauwarm abkühlen lassen. In der Zwischenzeit die Wachtelbrüste salzen und pfeffern. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Wachteln mit dem Rosmarin in eine Pfanne geben. Brüste von allen Seiten anbraten und anschließend 1 EL Butter zugeben und die Brüste bei schwacher Hitze sanft gar ziehen lassen. Übrige 2 Schalotten schälen und würfeln. Pfifferlinge putzen. Übriges Öl und Butter erhitzen. Schalotten darin anschwitzen. Pfifferlinge zugeben und alles ca. 2-3 Minuten braten. Abschmecken und mit den wachtelbrüsten und Linsensalat anrichten. Mit einigen Wildkräutern z. B. Brunnenkresse anrichten.

Karlheinz Hauser am 17. Juni 2013

Möhren-Pancakes mit Tomaten-Salat

Für vier Portionen

Für die Pancakes:

1 Zwiebel	50 g Katenschinken	20 g Butter
200 g Möhren	250 g Mehl	1 TL Backpulver
2 Eier (Kl. M)	500 ml Buttermilch	3 EL Butterschmalz
3 EL Kerbel	Salz, Pfeffer	

Für den Tomatensalat:

400 g Flaschentomaten	1 Knoblauchzehe	3 EL schwarze Oliven
20 g Pinienkerne	5 Stiele Basilikum	4 EL Aceto balsamico
5 EL Olivenöl	Zucker	Salz, Pfeffer

Die Zwiebel schälen, würfeln und zusammen mit dem Katenschinken in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Anschließend abkühlen lassen. Die Möhren schälen, grob raspeln und zusammen mit Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen. Nun die Zwiebel-Schinken-Mischung zugeben und sowohl Eier als auch Buttermilch unterrühren. In einer beschichteten Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und aus dem Teig nach und nach Pancakes ausbacken. Den übrigen Teig ebenso verarbeiten. Den Kerbel hacken und über die fertigen Pancakes streuen. Die Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Den Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Oliven in Scheiben schneiden, die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Das Basilikum grob zerpfeifen. Alles in einer Schüssel mischen und mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker, Balsamico und Olivenöl marinieren. Den Tomatensalat mit den Pancakes auf Tellern anrichten.

Horst Lichter am 12. Oktober 2013

Mandarinen-Creme im Knusper-Teig

Für 4 Personen

16 große Mandarinen (mit Blatt)	800 ml Orangensaft	Zucker
4 Blatt Gelatine	8 g Agar Agar	400 g Crème Fraîche
2 Blätter Frühlingsteig	2 EL Mandelblättchen	

Etwa 12 Mandarinen schälen und grob zerschneiden. Mandarinen mit Orangensaft und 1 EL Zucker ca. 6 Minuten weich kochen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Agar-Agar nach Anleitung vorbereiten. Mandarinenmasse pürieren und durch ein Sieb passieren. Mandarinenmasse erneut erhitzen. Ausgedrückte Gelatine und Agar-Agar unterrühren. Abkühlen lassen. 1 Mandarine abspülen, trockenreiben, und die Schale dünn abreiben. Abgekühlte aber noch nicht feste Crème mit 400 g Crème-fraîche verrühren. Mit Mandarinenabrieb und Zucker abschmecken. Mandarinencreme in 8 halbrunde Formen (z. B. Tassen, ca. 150 ml Inhalt) geben. Die Hälfte der einfrieren (Crème am besten 1 Tag vorher zubereiten). Die andere Hälfte kalt stellen und fest werden lassen. Die übrigen Mandarinen dick schälen, so dass die weiße Haut entfernt wird. Mandarinenfilets zwischen den Trennhäuten ausschneiden. Den Saft dabei auffangen. Saft und 1 EL Zucker aufkochen, vom Herd ziehen und die Filets darin marinieren. Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Jeweils 4 ca. 25x 25 cm große Frühlingsteigblätter mit Mandeln bestreuen. Das Mandarinenis darauf stürzen. Die Teigblätter darüber zusammenschlagen. Die Päckchen im Backofen ca. 3 Minuten goldbraun backen. Mandarinencreme aus den Formen stürzen. Gebackene Mandarinenis, Crème und Filets anrichten. Mit Mandarinenblättchen oder Minze anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 04. Dezember 2013

Mangold mit Käse-Croustillant und pochiertem Ei

Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 EL Essig	Salz
80 g Kastenweißbrot	3 Scheiben Bergkäse, dünn	400 g Mangold
1 Schalotte	2-3 EL Olivenöl	Pfeffer, Muskat
2 sehr frische Eier		

Für die pochierten Eier zuerst die Zwiebel schälen, halbieren und mit 1 l Wasser aufsetzen. Das Wasser salzen (ca. 1 EL Salz), den Essig zugeben und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Für die Käse – Croustillant das Weißbrot in sehr dünne Scheiben (ca. 2 mm stark) schneiden. Die Hälfte der Scheiben mit Käse belegen und jeweils mit einer weiteren Brotscheibe abdecken. Mangold putzen, waschen, die harten Strünke in feine Streifen schneiden, die Blätter grob schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, zuerst die in Streifen geschnittenen Mangoldstrünke zugeben und mit anschwitzen, dann die Mangoldblätter. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Zwiebelhälften aus dem kochenden Wasser herausnehmen. Das Wasser zum Siedepunkt bringen. Die Eier jeweils in eine Tasse schlagen. Sie müssen sehr frisch und der Dotter darf nicht verletzt sein. Ein Ei ins siedende (nicht kochende) Wasser rutschen lassen. Den Topf vom Herd ziehen. Das Ei ca. 1 Minute lang unbeweglich verharren lassen, dann erst das nächste Ei zugeben. Eventuelle Schlieren werden mit einem Schaumlöffel korrigiert. Den Topf wieder auf den Herd geben, so dass der Siedepunkt nahezu erreicht wird. Fünf Minuten ziehen lassen, dann herausnehmen. Die Brote in Dreiecke schneiden und in einer Pfanne mit 1-2 EL Olivenöl von beiden Seiten braun braten. Mit grobem Pfeffer bestreuen. und zum Mangold reichen. Mangold auf dem Teller anrichten. Das Ei darauf geben und die Käse-Croustillant dazu servieren.

Tipp:

Die Eier lassen sich auch sehr gut vorbereiten. Die pochierten Eier einfach in gut gesalzenes, kaltes Wasser geben und dann in dem abgekühlten Eierwasser lagern. Vor dem Anrichten wieder kurz in siedendes Wasser geben.

Vincent Klink am 05. Dezember 2013

Marinierter Gewürz-Lachs

Für 6 Personen

800 Lachsfilet mit Haut	20 schwarze Pfefferkörner	10 Koriandersamen
100 g Meersalz	100 g Zucker	1 TL Kreuzkümmel, gemahlen
1 TL Curry	2 Stiele Basilikum	2 Stiele Koriander
1 Bio-Zitrone	1 Frisée-Salat	1 TL Dijon Senf
2 EL Balsamessig	8 EL Olivenöl	1 TL Honig

Lachsfilet entgräten. Pfeffer und Koriandersamen im Mörser zerstoßen und mit Salz, Zucker, Kreuzkümmel und Curry mischen. Basilikum und Koriander abspülen, trocken schütteln und grob hacken. Zitrone heiß abwaschen, trocknen und etwas Schale abreiben. Eine passende Form mit einem Drittel der Gewürzmischung bestreuen, darauf den Lachs mit der Hautseite nach unten legen. Die Fleischseite mit den gehackten Kräutern und Zitronenabrieb bestreuen, die restliche Gewürzmischung auf die Kräuter geben. Darüber eine Frischhaltefolie geben und dann den Lachs mit einem Holzbrett oder einem anderen geeigneten Gegenstand beschweren und im Kühlschrank ca. 2 Tage marinieren. Während dieser Zeit einmal wenden. Den Lachs vorsichtig abspülen und trocken tupfen und nach Belieben in dünne oder dicke Scheiben schneiden. Den Frisée-Salat vorsichtig waschen und trocken schleudern. Für das Dressing den Senf zusammen mit Balsamico verrühren. Das Olivenöl langsam einrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Honig abschmecken. Den Salat vorsichtig damit marinieren und zusammen mit ein paar Scheiben Gewürzlachs servieren. Dazu passt Baguette.

Karlheinz Hauser am 30. Dezember 2013

Maronen-Schmarrn mit Gewürz-Apfel-Kompott, Granatapfel

Für 2 Personen

100 ml Weißwein	1 Zimtstange	2 Gewürznelken
80 g Zucker	1 Apfel	$\frac{1}{2}$ Granatapfel
70 g Maronenmehl	70 g Weizenmehl	2 Eigelb
40 ml Milch	1 Prise Salz	3 Eiweiß
2 EL Butter	Puderzucker	

Weißwein, Zimtstange, Nelken und 40 g Zucker in einen Topf geben und aufkochen. Apfel schälen, halbieren, entkernen und in Achtel schneiden. In den Sud geben und 2 Minuten sanft köcheln lassen. Apfel beiseite stellen. Granatapfelkerne aus dem Granatapfel brechen. Kerne kurz vor dem Anrichten unter das Kompott mischen. Maronenmehl (oder Mus) und Weizenmehl mischen. Eigelb, Milch, Salz und 10 g Zucker zugeben und den Teig glattrühren. Eiweiß steif schlagen und unter die Masse heben. 1 EL Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Masse ca. 1,5 cm dick einfüllen und etwa 1 Minute stocken lassen, umdrehen und mit Hilfe zweier Gabeln oder Holzspachteln in mundgerechte Stücke zupfen. Mit übrigem Zucker und restlichem Butterflöckchen bestreuen. Den Schmarrn auf Tellern anrichten. Puderzucker darüber streuen und mit Gewürzäpfeln anrichten.

Otto Koch am 01. November 2013

Mille feuille aus Apfel, Roter Bete, Mayonnaise, Garnelen

Für vier Portionen

Für das Mille feuille:

2 Rote Bete, vorgegart	1 EL Blütenhonig	1 Zitrone
2 Äpfel	25 ml mildes Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Mayonnaise:

2 cm Ingwerwurzel	1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote
1 Schalotte	2 Eigelbe	1 TL Senf
200 ml Sonnenblumenöl	1 unbehandelte Zitrone	1 EL Sojasauce
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	Salz, Chili	

Für die Garnelen:

8 Garnelen	1 Ei (Größe M)	30 ml Schlagsahne
80 g Pankobrösel	Griffiges Mehl, Pflanzenfett	Salz
Chili		

Für die Vinaigrette:

25 ml weißer Balsamico	25 ml Geflügelfond	1 EL Blütenhonig
50 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer	50 g Feldsalat
50 g heller Frisée		

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Den Saft einer Zitrone auspressen. Die Rote Bete gut abtupfen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Salz, schwarzem Pfeffer, Honig und Zitronensaft würzen. Die Apfel bis zum Kern in dünne Scheiben schneiden. Ebenfalls mit Salz, schwarzem Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Nun jeweils drei Scheiben Rote Bete und drei Apfelscheiben abwechselnd schichten. Diesen Vorgang wiederholen und so vier Türmchen herstellen. Mit einem Ausstecher kreisrund ausstechen. Die Mille feuille auf ein Blech oder auf einen Teller setzen, mit Olivenöl verfeinern und mit Klarsichtfolie abdecken. Für die Mayonnaise den Ingwer schälen und fein reiben. Die Knoblauchzehe und Schalotte schälen und fein schneiden. Die Chili der Länge nach halbieren, entkernen und in feine Würfel schneiden. Die Schale der Limette abreiben, den Saft auspressen. Eigelbe, Zitronensaft und -abrieb sowie Senf in einen Mixbecher geben. Das Öl hineinlaufen lassen und mit Hilfe eines Stabmixers zu einer Mayonnaise verarbeiten. Nun Ingwer, Knoblauch und Sojasauce zugeben und die Mayonnaise mit Salz und Chili aus der Mühle würzen. Zum Schluss den Koriander fein hacken und dazugeben. Die küchenfertigen Garnelen unter fließendem Wasser abspülen, mit Küchentrepp trocken tupfen und mit Salz und Chili aus der Mühle abschmecken. Die Sahne leicht steif schlagen und mit dem Ei verquirlen. Nun die Garnelen zunächst in Mehl wenden, danach durch die Ei-Sahne-Mischung ziehen und anschließend in den Bröseln wenden. In heißem Pflanzenfett goldbraun ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Vor dem Servieren mit Salz würzen. Alle Zutaten für die Vinaigrette gründlich miteinander verrühren und den gewaschenen und trocken geschleuderten Salat vor dem Servieren damit marinieren. Die Mille feuille seitlich auf dem Teller platzieren. Den Salat in der Mitte anrichten. Die Mayonnaise tropfenförmig aufstreichen und mit jeweils zwei Garnelen vollenden.

Johann Lafer am 02. November 2013

Nudel-Salat mit Spargel und Crevetten

Für vier Portionen

250 g Orecchiette-Nudeln	1 Bund grüner Spargel	1 Bund weißer Spargel
4 getrocknete Tomatenfilets	150 g Kirschtomaten	3 EL Olivenöl
3 EL Weißweinessig	1 TL Senf	200 g Crevetten
1 Bund Kerbel	1 Baguette	2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl	Pfeffer, Zucker, Salz	

Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen, abgießen und abkühlen lassen. Den weißen Spargel ganz, den grünen Spargel im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. Die Spargelstangen in drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Diese zwei bis drei Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, herausheben und in Eiswasser abschrecken. Abgießen und abtropfen lassen. Die getrockneten Tomatenfilets klein schneiden, die Kirschtomaten abbrausen und halbieren. Aus Olivenöl, Weißweinessig, Senf, etwas Salz, Pfeffer und Zucker ein Dressing anrühren. Kräftig abschmecken und mit den Orecchiette, Spargelstücken, Tomaten und Crevetten in einer Schüssel mischen. Den Kerbel abzupfen und unter den Salat mischen. Baguette in Scheiben schneiden. Eine Knoblauchzehe schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Baguettescheiben mit dem Knoblauch darin anbraten, mit etwas grobem Meersalz würzen. Den Salat in Portionsschalen anrichten, mit Kerbel garnieren und das Baguette dazu reichen.

Horst Lichter am 22. Juni 2013

Püree von der Urkarotte mit Wachtel-Ei, Graubrot-Crumble

Für 4 Personen

Für das Püree:

400 g Urkarotten	130 ml Geflügelfond	80 g Butter
130 ml Sahne	Salz, Pfeffer	12 Fingermöhren

Für den Graubrot-Crumble:

200 g Graubrot ohne Rinde	30 g Butterschmalz	Salz
1 EL Malzmehl		

Für den Korianderschaum:

1/2 Bund Koriander	150 ml Geflügelfond	50 g Butter
50 g Sahne	Salz, Pfeffer	

Für zusätzlich:

4 Wachteleier	20g glatte Crème-fraîche	25 Blätter Koriander-Kresse
60 g Parmesan		

Für das Püree:

Die Urkarotten schälen, in grobe Stücke schneiden und mit 50 ml Fond, 70 g Butter und Sahne in einen Topf geben und zugedeckt weich kochen, anschließend zu einem glatten Püree pürieren, gegebenenfalls durch ein Sieb streichen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fingermöhren in ca. 5 cm Länge schneiden (tournieren) und in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Vor dem Servieren 80 ml Fond in einer Pfanne mit 10 g Butter erhitzen, die Fingermöhren darin schwenken (glacieren) und mit Salz abschmecken.

Für den Graubrot-Crumble:

Das Brot in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz zu knusprigen goldbraunen Croutons rösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit einem Mixer zu kleinen Krümel zerbröseln (Achtung: nicht zu fein), anschließend das Malzmehl unter die Krümel mischen und mit Salz abschmecken.

Für den Korianderschaum:

Den Koriander abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und diese mit einem Mörser zu einer Paste zerstoßen, ähnlich einem Pesto. Den Geflügelfond mit Butter und Sahne in einem Topf aufkochen, zerstoßenen Koriander mit einem Pürierstab untermixen (wenn erforderlich anschließend durch ein feines Sieb passieren) und abschmecken. Die Wachteleier in einem Topf mit kochendem Wasser genau 1,45 Minuten abkochen und in Eiswasser abschrecken. Dann schälen und evtl. warm stellen. Püree, Fingermöhren, Graubroterde und Wachteleier dekorativ auf tiefen Tellern anrichten. Den Korianderschaum angießen und mit Crème-fraîche, Korianderblättern und frisch geriebenem Parmesan garnieren.

Paul Stradner am 05. August 2013

Pancakes mit Lachs-Tatar und frittiertem Dill

Für 2 Portionen

150 g geräucherter Lachs	1 Ei	150 g Mehl
200 ml Buttermilch	1 gestr. TL Backpulver	Butterschmalz
150 g Sauerrahm	1 Bund Dill	Schnittlauch
1 unbehandelte Zitrone	1 Prise Salz und Zucker	Pfeffer

Das Ei trennen, Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen. Eigelb, Mehl, Buttermilch, Backpulver und eine Prise Zucker in einer Schüssel verrühren. Dill fein hacken und mit dem geschlagenen Eischnee unter den Teig heben. Eine Pfanne mit Butterschmalz einfetten und aus dem Teig portionsweise Pancakes ausbacken. Räucherlachs in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Etwas Zitronenschale fein abreiben. Sauerrahm mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Schnittlauch fein schneiden und mit dem Sauerrahm unterrühren. Neutrales Öl in einem Topf erhitzen. Dill zupfen und kurz im Topf frittieren. Dill aus dem Topf nehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen, zu den Pancakes mit Lachstatar geben und servieren.

Steffen Henssler am 15. März 2013

Petersilien-Schaum-Süppchen mit gebratener Garnele

Für 4 Personen

Für die Gemüsebrühe:

2 große Zwiebeln	250 g Karotten	1 kleine Sellerieknolle mit Blättern
$\frac{1}{2}$ Bund frischer Koriander	25 schwarze Pfefferkörner	$\frac{1}{2}$ TL Salz
100 g Champignons	1 Lorbeerblatt	

Für das Petersiliensüppchen:

2 Schalotten	400 g Petersilienwurzeln	3 TL Butter
Meersalz, Pfeffer, Muskat	100 ml trockener Weißwein	1 l Gemüsebrühe
300 g Sahne	200 g Blattpetersilie	4 Garnelen (mit Schale)
1 EL Olivenöl	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian

Für die Gemüsebrühe:

Zwiebeln schälen und vierteln. Karotten waschen, schälen und halbieren. Sellerie waschen, schälen und grob schneiden. Champignons vierteln. Koriander abspülen und trockenschütteln. Alles mit Pfefferkörnern, Salz und Lorbeerblatt in einen schweren Topf geben. Mit gut 2 l Wasser auffüllen, aufkochen und 20 Minuten leicht köchelnd ziehen lassen. Brühe abseihen. Nicht sofort benötigte Brühe möglichst rasch abkühlen und einfrieren.

Für das Petersiliensüppchen:

Für die Suppe die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Petersilienwurzeln waschen, schälen und in Stücke schneiden. 1 TL Butter erhitzen, die Schalotten darin andünsten. Petersilienwurzeln zugeben und ebenfalls kurz mit dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Weißwein und Gemüsebrühe zugeben und ca. 20 Minuten kochen, bis die Petersilienwurzeln gar sind. Dann die Sahne zufügen und nochmals ca. 5 Minuten köcheln lassen. Alles im Mixer fein pürieren, durch ein Haarsieb geben und die Suppe nochmals abschmecken. Petersilienblättchen von den Stielen zupfen und in reichlich Salzwasser weich blanchieren, herausnehmen, in Eiswasser tauchen, abtropfen lassen und gut ausdrücken. Im Mixer zu feinem Püree verarbeiten, anschließend kalt stellen. Die Garnelen abspülen und trockentupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Garnelen in der Schale von allen Seiten anbraten, bis sie beginnen, sich rot zu färben. Garnelen herausnehmen, aus der Schale ausbrechen und den Darm entfernen. Anschließend übrige 2 TL Butter im Bratfett erhitzen. Garnelen mit Rosmarin- und Thymianzweigen ca. 1 Minute schmoren. Kurz vor dem Servieren das grüne Petersilienpüree unter die Suppe mischen. Suppe in vorgewärmten Tellern anrichten, jeweils 1 Garnele hineinlegen und servieren.

Frank Buchholz am 01. Juli 2013

Pfirsich-Kaltschale mit Schinken und Holzofenbrot-Rinde

Für 2 Personen

Für die Kaltschale:

350 g reife Pfirsiche	1 gelbe Paprika	$\frac{1}{4}$ grüne Paprika
1/2 Salatgurke	1 kleine Knoblauchzehe	50 g Holzofenbrot ohne Rinde
50 ml mildes Olivenöl	25 ml weißer Apfelessig	Meersalz, weißer Pfeffer

Für die Garnitur:

4 Scheiben Holzofenbrot	4 EL Olivenöl	3 Zweige Zitronenmelisse
1 großer Pfirsich	3 Scheiben luftgetr. Schinken	

Für die Kaltschale:

Pfirsiche waschen, halbieren, entkernen und klein schneiden. Grüne und gelbe Paprika und die Salatgurke waschen, putzen, Paprika entkernen, Gurke schälen. Alles klein schneiden. Knoblauch schälen und ebenfalls fein schneiden. Die Brote ebenfalls klein schneiden. Alles mit Öl, Essig, Meersalz und Pfeffer fein pürieren und ca. 35 Minuten kalt stellen.

Für die Garnitur:

Das Holzofenbrot in ca. 1 cm große Stücke schneiden. 2 EL Olivenöl erhitzen, Brotwürfel darin knusprig rösten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Zitronenmelisse abspülen, trockenschütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein schneiden. Den Pfirsich kurz in kochendes Wasser geben und häuten. Pfirsich halbieren, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Schinken in kleine Stücke zupfen. Die Kaltschale in Gläser oder schalen füllen. Mit Pfirsichwürfeln, Röstbrot, Schinkenstücken und Zitronenmelisse anrichten. Pfeffer und etwas Meersalz darüber streuen. Olivenöl darüber träufeln.

Jörg Sackmann am 27. August 2013

Pochiertes Ei mit Salat von Steinpilzen, Parmesan-Creme

Für 4 Personen

Für die Parmesancreme:

2 Knoblauchzehen	100 g Sahne	5 Zweige Thymian
5 Zweige Basilikum	4 Eier	1 EL Butter
200 g Parmesan	30 g Crème-fraîche	

Für die Balsamico-Vinaigrette:

100 ml Rapsöl	65 ml heller Balsamico	5 g Senf
50 g Zucker	150 ml mildes Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

Für den Salat:

200 g grüner Spargel	200 g Steinpilze	4 Schalotten
2 EL Olivenöl	1/2 Bund glatte Petersilie	einige Blätter Friséesalat

Für die pochierten Eier:

50 ml Weißweinessig	4 Bio-Eier	Meersalz
---------------------	------------	----------

Für die Parmesancreme:

Knoblauch schälen und fein hacken. Mit Sahne, Thymian und Basilikum aufkochen, 30 Minuten ziehen lassen und danach durch ein Sieb passieren. Die Eier aufschlagen, verquirlen, würzen und in Butter als Rührei braten. Parmesan fein reiben und mit Rührei, aromatisierter Sahne und Crème-fraîche in einen Mixer geben und solange mixen, bis eine feine Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen, anschließend kalt stellen.

Für die Balsamico-Vinaigrette:

Rapsöl, Essig, Senf, 3 EL Wasser und Zucker in einen Mixer geben und verquirlen. Dabei das Olivenöl nach und nach zugeben, bis eine cremige Vinaigrette entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Salat:

Den Spargel putzen, waschen und das untere Drittel abschneiden. Spargel in dünne Stücke schneiden und in kochendem Wasser ca. 1 Minute blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Steinpilze putzen und klein schneiden. Schalotten schälen und fein würfeln. Schalottenwürfel in einer Pfanne mit Olivenöl farblos andünsten, Steinpilze zugeben, goldbraun braten und alles in eine Schüssel geben. Die Spargelstücke mit den Steinpilzen mischen. Balsamico-Vinaigrette darüber träufeln und alles mindestens 30 Minuten marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Petersilienblättchen fein schneiden. Petersilie auf dem Salat verteilen.

Für die pochierten Eier:

2 Liter Wasser auf ca. 90 Grad erhitzen, Essig zugeben. Jeweils 1 Ei aufschlagen und in eine kleine Schale gleiten lassen. Das Wasser mit einem Gummispatel leicht zum Drehen bringen. Die Eier nacheinander in das Wasser gleiten lassen und darin ca. 2,5 Minuten pochieren, bis sie wachweich sind. Anschließend vorsichtig herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Leicht salzen. Die Parmesancreme jeweils in der Mitte der Teller dünn verteilen. Das pochierte Ei darauf geben, den Salat darüber verteilen und mit etwas Friséesalat garnieren.

Frank Buchholz am 30. September 2013

Poularden-Sülze mit Haselnuss-Zitronen-Quark

Für 4 Personen

Für die Poulardensülze:

3 reife Tomaten	Salz, Zucker	Piment d'Espelette
3 EL Olivenöl	3 Maispoulardenbrustfilets	500 ml Geflügelfond
1 Fenchelknolle	1 Stiel Thymian	Cayennepfeffer
1 TL Zitronenabrieb	8 Blatt Gelatine	Haselnuss-Zitronenquark
50 g Haselnussblättchen	300 g Quark	100 g Ricotta
1 TL Blütenhonig	2 EL Oreganoblättchen	Saft, Schale von 1/2 Zitrone
2 EL Olivenöl	1 EL Zitronenöl	Piment d'Espelette
Meersalz, Pfeffer		

Für den Kräutersalat:

80 g Kräuter	3 EL Estragonessig	6 EL Olivenöl
80 ml Geflügel-Fenchelfond	1 TL Dijonsenf	1 TL Zitronensaft
Salz, Zucker	Piment d'Espelette	

Für die Poulardensülze:

Backofen auf 80 Grad vorheizen. Tomaten am Blütenansatz einritzen und ca. 30 Sekunden in kochendes Wasser tauchen. Herausnehmen, kalt abspülen, häuten, halbieren, entkernen und in Scheiben schneiden. Tomaten in eine flache, feuerfeste Form geben. Mit Salz, Zucker und Piment d'Espelette würzen. Olivenöl darüber träufeln. Tomaten im Ofen ca. 2-4 Stunden trocknen. Poulardenbrust abspülen. Geflügelfond aufkochen, Poulardenbrust einlegen und ca. 8 Minuten langsam gar ziehen lassen, (nicht kochen). Brüste herausnehmen und schnell abkühlen lassen (in Eiswasser oder Kühlschrank). Brühe beiseite stellen. Den Fenchel putzen, waschen, halbieren und den harten Strunk heraus schneiden. In leicht gesalzenem Wasser mit Thymian, Cayennepfeffer und Zitronenschale ca. 30 Minuten weichkochen. Fenchel herausnehmen, Fond aufbewahren. Fenchel in fingerdicke Scheiben schneiden. Gegarte Poulardenbrüste längs in fingerdicke Scheiben schneiden. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 300 ml Geflügelfond und 200 ml Fenchelfond mischen (80 ml für Salatdressing beiseite stellen) und aufkochen. Eingeweichte Gelatine darin auflösen und abschmecken. Kalt stellen. In eine Terrinenform oder Glasschale (ca. 1,5 Liter Inhalt) Poulardenbruststreifen, Fenchelscheiben und getrocknete Tomaten schichten. Mit dem leicht gelierenden Fond begießen, kalt stellen und fest werden lassen. Haselnuss-Zitronenquark Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Beiseite stellen und abkühlen lassen. Quark, Ricotta, Honig, Oregano, Zitronensaft und Schale, Oliven- und Zitronenöl verrühren, sodass Öl und Quark sichtbar eine schöne Marmorierung bekommen. Mit Piment d'Espelette, Meersalz, Pfeffer würzen.

Für den Kräutersalat:

Die Kräuter abspülen und trockenschütteln. Essig, Öl und Geflügel-Fenchelfond verrühren und mit Senf, Zitronensaft, Salz, Zucker und Piment d'Espelette würzen. Kurz vor dem Servieren mit den Kräutern mischen. Sülze aus der Form stürzen und in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Haselnuss-Zitronenquark und Kräutersalat anrichten.

Jörg Sackmann am 03. September 2013

Räucherlachs-Tatar

Für 2 Portionen

1 Räucherlachs	8 Nüsse	1 Zitrone
50 ml Sahne	1 Schalotte	1 Zwiebel
50 g grüne Bohnen	Shisokresse, Minze	Öl, Salz, Pfeffer

Den Lachs in kleine Stückchen schneiden. Öl in eine Pfanne geben und erhitzen. Die Zwiebel und Schalotte abziehen und fein schneiden. Nun mit den Nüssen in der Pfanne kurz anrösten. Die grünen Bohnen kochen und danach klein schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen. Jetzt den Lachs mit den Zwiebeln, Schalotten, Nüssen und den grünen Bohnen in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Sahne vermengen. Das Ganze in einem Servierring anrichten und mit der Shisokresse und Minze dekorieren.

Tipp:

Die grünen Bohnen nach dem Kochen nicht abschrecken, damit sie noch warm sind. Die warmen Bohnen anschließend zum kalten Lachs geben. Alternativ zur Shisokresse kann auch Daikonkresse genommen werden.

Steffen Henssler am 02. Dezember 2013

Radieschen-Wurst-Salat mit Ei-Dressing

Für vier Portionen

6 Stangen weißer Spargel	2 Scheiben Zitrone	40 ml Kräuteressig
1 TL Senf	1 TL Zucker	60 ml Olivenöl
250 g gute Fleischwurst	1 Bund Radieschen	1 rote Zwiebel
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	2 Eier	1 Baguette
2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	Zucker

Den Spargel schälen und die Enden um zwei Zentimeter kürzen. Die Stangen danach in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden. In einem kleinen Topf Wasser zum Kochen bringen und mit Salz und Zucker kräftig würzen. Die Zitronenscheiben zugeben und die Spargelstücke darin zwei bis drei Minuten kochen, anschließend abgießen und abkühlen lassen. Aus Kräuteressig, Senf, Zucker und Öl ein Dressing anrühren und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fleischwurst in dünne Scheiben schneiden und gleichmäßig leicht überlappend auf einer großen Platte auslegen. Die Hälfte des Dressings über der Wurst verteilen und beiseite stellen. Das restliche Dressing mit dem Spargel in einer Schüssel mischen. Die Radieschen putzen, waschen und vierteln oder in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schleudern und klein hacken. Zusammen mit den Radieschen unter der Spargel mischen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Eier in acht Minuten hart kochen, kalt abschrecken, pellen und vierteln. Den Spargel-Radieschen-Salat auf den Wurstscheiben verteilen und die Eiviertel dekorativ darauf verteilen. Das Baguette in Scheiben schneiden, mit Olivenöl beträufeln und in einer heißen Pfanne goldbraun braten. Zum Salat dazu servieren.

Horst Lichter am 25. Mai 2013

Reibekuchen mit Räucher-Saibling, Meerrettich, Rucola

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, fest	1 Zwiebel	2 Eier 1 EL Mehl
Salz, Pfeffer, Muskat	3-4 EL Butterschmalz	6 Wachteleier
10 g frischer Meerrettich	1 Bund Schnittlauch	1 Bund Kerbel
100 g Schlagsahne	100 g Crème-fraîche	1 Bund Rucola
1 TL Dijon-Senf	3 EL heller Balsamessig	5 EL Olivenöl
Zucker	4 kleine Schalotten	4 geräucherte Bachsaiblingsfilets

Kartoffeln schälen, waschen und fein reiben. Kartoffelmasse in einem Tuch gut auspressen. Zwiebel schälen und fein reiben. Ausgedrückte Kartoffeln mit Zwiebel, 1 Ei und Mehl mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Butterschmalz portionsweise in einer schweren (gusseisernen) Pfanne erhitzen. Aus der Kartoffelmasse etwa 12 knusprig dünne Reibekuchen ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Das zweite Ei in ca. 7 Minuten hart kochen. Wachteleier in ca. 2:

45 Minuten hart kochen. Alles Eier kalt abspülen und schälen. Hühnerei fein würfeln, Wachteleier halbieren. Alles abdecken und beiseite stellen. Meerrettich schälen und fein reiben. Schnittlauch und Kerbel abspülen und trockenschütteln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Kerbelblättchen fein schneiden. Sahne steif schlagen. Meerrettich, Kerbel und die Hälfte des Schnittlauchs unter 80 g Crème-fraîche rühren. Sahne unterheben. Rucola putzen, waschen und trockenschütteln. Rucola in kleine Stücke zupfen. Aus Senf, Essig, Öl, Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker eine Vinaigrette verrühren. Vinaigrette über den Rucola träufeln. Schalotten schälen und fein würfeln. Jeweils 3 Reibekuchen mit Saiblingsfilet, Meerrettichsahne, gehacktem Ei und Wachteleihäften, Schalottenwürfeln und übrigem Schnittlauch anrichten. Rucola über den Saibling streuen Mit übriger Crème-fraîche anrichten.

Karlheinz Hauser am 14. Oktober 2013

Ricotta-Aprikosen mit Mandel-Vinaigrette, Kartoffel-Stroh

Für vier Portionen

Für die Aprikosen:

2 Zweige Rosmarin	250 g Ricotta	6 reife Aprikosen
100 g getr. Tomaten	Salz	Pfeffer

Für den Kartoffelstroh:

1 festk. Kartoffel	Pflanzenöl	feines Salz
--------------------	------------	-------------

Für die Mandelvinaigrette:

2 EL Mandeln	1 rote Chilischote	4 Zweige Blattpetersilie
1 unbehandelten Zitrone	1 EL Akazienhonig	$\frac{1}{2}$ Vanillestange
50 ml Mandelöl	50 g feine Blattsalate	feines Salz

Den Rosmarin von den Stielen zupfen und fein schneiden. Anschließend mit Ricotta verrühren, und Salz, Pfeffer abschmecken. Aprikosen waschen, halbieren und den Kern entfernen. Aprikosenhälften mit einem Kugelausstecher aushöhlen. Ricotta- Masse hinein füllen und glatt streichen. Danach für circa zehn Minuten in den Kühlschrank stellen. Damit der Ricotta schön kalt wird. Die gefüllte Aprikosenhälften mit braunem Zucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner goldbraun karamellisieren. Die Kartoffel schälen und mit einem Hobel in sehr feine Scheiben schneiden. Anschließend mit einem scharfen Messer in dünne Streifen. Danach die Kartoffelstreifen auf Küchentrepp gründlich trocken tupfen und langsam im erhitzten Pflanzenfett bei 140 bis 150 Grad langsam knusprig ausbacken. Zum Schluss auf Küchentrepp zum Abtropfen legen und mit Salz würzen. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett langsam rösten. dabei gelegentlich durchschwenken. Die Chilischote der Länge nach halbieren, Kerngehäuse entfernen und fein würfeln. Die Blattpetersilie von den Stielen zupfen, einrollen und in feine Streifen schneiden. Saft von der Zitrone, Honig, Vanillemark und Mandelöl zu einer Vinaigrette verarbeiten. Mandeln, Chiliwürfel, Blattpetersilie zur Vinaigrette geben und mit würzen. Zum Servieren die Blattsalate mit der Mandelvinaigrette marinieren und kreisrund auf die Teller anrichten. Jeweils vier Aprikosenhälften mittig platzieren und mit dem Kartoffelstroh vollenden.

Johann Lafer am 06. Juli 2013

Rillette von kaltem Schweine-Braten mit Gurken-Salat

Für 6 Personen

Für das Rillette:

500 g kalter Schweinebraten	200 g geräucherter Speck	250 ml Weißwein
2 Zweige Thymian	3 Stängel Majoran	Salz, Pfeffer, Muskat
1 Baguette		

Für den Gurkensalat:

125 ml weißer Traubensaft	1 TL Zucker	60 ml Weißweinessig
1 Salatgurke	Salz	1 Schalotte
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Dill	1 EL Olivenöl
Pfeffer		

Für das Rillette:

Schweinebraten und geräucherten Speck sehr fein würfeln oder separat durch den Fleischwolf drehen. Schweinebraten mit dem Wein zusammen in einen Topf geben und solange kochen bis die Flüssigkeit nahezu verkocht ist. Dann den Speck dazugeben. Unter ständigem Rühren alles bis kurz vor dem Siedepunkt erhitzen. Thymian und Majoran abspülen, trocken schütteln, fein hacken und untermischen. Die Masse kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Eine Terrinenform (ca. 800 ml Inhalt, vorzugsweise Porzellanterrinen) mit dicht schließendem Deckel mit kochendem Wasser ausspülen, trocknen und die Masse einfüllen, dann mit einem Löffel die Masse herunterdrücken, bis eine dünne Fettschicht entsteht und so das Fleisch abdichtet. Mit dem Deckel verschließen und über Nacht im Kühlschrank erkalten lassen.

Für den Gurkensalat:

Traubensaft, Zucker und Essig in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. Dann den Saft-Essig-Sud abkühlen lassen. Die Gurke waschen, schälen und in dünne Scheiben hobeln. Gurkenscheiben in einen Suppenteller geben und salzen. Darauf einen umgedrehten Suppenteller geben, an den Tellerrändern gut festhalten und 2 Minuten kräftig schütteln. Schalotte schälen und fein schneiden. Petersilie und Dill abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Gesalzene Gurkenscheiben in eine Schüssel geben. Schalotten zugeben. Mit Olivenöl und etwas eingekochtem Saft-Essig-Sud marinieren. Kräuter untermischen und mit Pfeffer den Salat abschmecken. Rillette ähnlich wie Schmalz auf Baguette streichen und mit dem Gurkensalat anrichten und servieren.

Vincent Klink am 12. September 2013

Rosenkohl-Salat mit Birnen und Blauschimmel-Käse

Für 4 Personen

400 g Rosenkohl	Salz	100 g Blauschimmelkäse
3 Schalotten	2 Birnen	3 EL Traubenkernöl
3 EL Walnussöl	2 EL Estragonessig	gemahlener Kümmel
1 TL scharfer Senf	2 EL Walnusskerne	1 EL Puderzucker
weißer Pfeffer		

Die äußeren nicht schönen Blätter des Rosenkohls entfernen und die Rosenkohlblätter vorsichtig abziehen. Die Blätter kurz in gesalzenem Wasser blanchieren und danach direkt in Eiswasser tauchen. Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Die Schalotten schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Birnen waschen, schälen, vierteln, entkernen (wenn die Haut schön und weich ist, nicht schälen!) und in dünne Spalten schneiden. Die beiden Öle mit Essig, Schalottenwürfeln und Senf verrühren. Mit Salz, weißem Pfeffer und Kümmel abschmecken. Die Birnen darin marinieren. Walnüsse grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Puderzucker darüber streuen und karamellisieren. Mit wenig Salz würzen und auf einen Teller zum Abkühlen geben. Blauschimmelkäse würfeln bzw. je nach Konsistenz in kleine Stücke bröseln. Die marinierten Birnenspalten abtropfen lassen und fächerförmig auf flachen Tellern anrichten. Die Rosenkohlblätter durch die Marinade ziehen und auf den Birnen anrichten. Blauschimmelkäse und karamellisierte Walnüsse auf dem Rosenkohlsalat anrichten. Nach Belieben noch mit knusprig gebratenen Speckwürfeln oder geräucherter Entenbrust anrichten.

Michael Kempf am 27. Dezember 2013

Rote Bete Carpaccio mit Edel-Räucherfisch-Galetten

Für vier Portionen

Für die Galetten:

1 Brötchen vom Vortag	50 ml Milch	200 g frisches Lachsfilet
100 g geräucherten Lachs	1 Schalotte	2 junge Knoblauchzehen
1 rote Chilischote	50 g Ingwer	10 ml Sojasauce
1 El Akazienhonig	1 Ei Größe M	8 Zweige Koriander
2 El Semmelbrösel	feines Salz	Chili
25 ml Pflanzenöl	2 Zweige Thymian	

Für das Carpaccio:

2 Stk. große Rote Bete vorgegart	70 ml weißer Balsamico	50 g Akazienhonig
100 ml dunkler Traubensaft	2 reife Birnen	1 Zitrone
Salz, Chili		

Für die Dill-Vinaigrette:

½ Bund Dill	2 Schalotten	15 ml weißen Balsamico
20 ml hellen Geflügelfond	25 ml angeröstetes Sesamöl	Zucker, Salz, Chili
50 g hellen geputzten Frisée	1 Schale Gartenkresse	

Die Rinde des Brötchens abschneiden. Dann das Brötchen würfeln und in der Milch einweichen. Die beiden Lachssorten in feine Würfel schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Chili der Länge nach halbieren, Kerngehäuse entfernen und würfeln. Ingwer schälen und ebenso in feine Würfel schneiden. Die Blättchen des Korianders von den Stielen zupfen, übereinander legen, einrollen und in feine Streifen schneiden. Das fein geschnittene Lachsfilet mit eingeweichtem Brötchen, Schalotten, Knoblauch, Chili, Ingwer, Koriander, Sojasauce, Akazienhonig, Ei und Semmelbrösel in eine Schüssel geben und gut vermengen. Die Masse kräftig mit Salz und Chili würzen. Aus der Masse nun acht gleichgroße Galetten (wie Frikadellen) formen, Das Pflanzenfett in der Pfanne erhitzen und die Galetten darin von beiden Seiten 3 - 4 Minuten braten. Mit abgezupften Blättchen vom Thymian vollenden. Die Rote Bete mit Hilfe eines Hobels oder einer Brotschneidemaschine in gleichgroße Scheiben schneiden und mit einem Ring ausstechen. Balsamico, Honig, Traubensaft, wenig feines Salz und Chili aus der Mühle miteinander verrühren und über die Rote Bete-Scheiben laufen lassen. Danach herausnehmen, den Sud auf die Hälfte reduzieren, wieder zugeben und beiseite stellen. Die Birnen schälen und der Länge nach bis zum Kern in gleichgroße Scheiben schneiden. Danach die Seite wenden und erneut bis zum Kern in Scheiben schneiden. Die Birnenscheiben mit Zitronensaft benetzen, damit sie nicht braun werden und mit Salz würzen. Den Dill von den Stielen zupfen und fein schneiden. Schalotten schälen und fein würfeln. Aus Balsamico, Geflügelfond, Sesamöl, Zucker, Salz, Chili eine Vinaigrette erstellen und Dill sowie Schalottenwürfel zugeben. Zum Anrichten Rote Bete-Birnenscheiben abwechselnd leicht übereinander lappend kreisrund auf die Teller legen und jeweils zwei Frikadellen mittig platzieren. Frisée und Gartenkresse auf das Carpaccio legen und mit Dill- Vinaigrette vollenden.

Johann Lafer am 14. September 2013

Rote Bete Salat mit Frischkäse-Dill-Crêpes

Für 4 Personen

4 mittelgroße Rote Bete	Meersalz	4 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian	1 EL Honig	200 g Mehl
2 Eier	300 ml Milch	1 Bund Dill
200 g Frischkäse	Salz	1 Zitrone
1 EL Butterschmalz	2 EL Olivenöl	1 EL Balsamicoessig
Pfeffer	1 Bund Schnittlauch	1 Glas Forellenkaviar

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die roten Beete waschen und den Strunk abschneiden, Aus Alufolie Vierecke schneiden, darauf jeweils ein Stück Backpapier legen. Mit Meersalz bestreuen, jeweils eine gequetschte Knoblauchzehe, ein Zweig Thymian und etwas Honig darauf verteilen und die rote Beete darin einwickeln. Im Backofen ca. 40 Minuten garen lassen. Aus Mehl, Eiern und ca. 250 ml Milch einen Crêpeteig herstellen und 15 Minuten quellen lassen. Den Dill waschen, trocken schütteln, grob schneiden und mit wenig Milch im Cutter zu einer Paste vermahlen. Den Frischkäse mit der Paste zusammen glatt rühren, mit Salz, abgeriebene Zitronenschale und etwas Zitronensaft abschmecken. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und aus dem Teig Crêpes ausbacken. Die Crepes mit dem Frischkäse bestreichen und aufrollen. Die Beete aus dem Ofen holen, auspacken, schälen, in Stücke schneiden und noch warm mit Olivenöl und Balsamico marinieren. Mit Salz, Pfeffer und gehacktem Schnittlauch abschmecken. Dazu die Crêpes servieren und mit etwas Forellenkaviar abrunden.

Jacqueline Amirfallah am 30. Oktober 2013

Rotkraut-Essenz mit gebratenen Pilzen

Für 2 Personen

Für die Rotkrautessenz:

200 g Rotkohl	1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote
4 EL Olivenöl	1 EL Zucker	80 ml Rotwein
100 ml Portwein	2 Wacholderbeeren	2 Nelken
5 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	Msp. Orangenabrieb
4 TL eingelegte Preiselbeeren	Salz	40 ml Holunderessig
1 l Geflügelfond	200 g gemischte Speisepilze	Pfeffer
1 Spritzer Zitronensaft	1 Lauchzwiebel	

Für die Gewürzklößchen:

1 Schalotte	60 g gekochter Schinken	80 g Butter
3 Eigelb	60 g geriebenes Weißbrot	1 EL Blattpetersilie
1 Msp. Piment	1 Msp. weißer Pfeffer	1 Msp. Sternanis
Muskatnuss	1 Prise Salz	500 ml Geflügelfond

Für die Rotkrautessenz:

Rotkohl putzen, in feine Streifen schneiden und in eine Schüssel geben. Schalotte schälen und fein würfeln. Von der Vanilleschote das Mark herauskratzen. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalottenwürfel darin andünsten. 1 EL Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Danach mit Rotwein und Portwein ablöschen. Die Gewürze und die Vanilleschote in einen Teebeutel geben und verschließen, mit Vanillemark, Orangenschale und 2 TL Preiselbeeren mit in den Topf geben, leicht salzen, alles aufkochen lassen. Holunderessig unterrühren. Die Marinade über den Rotkohl gießen und ca. 2-3 Stunden ziehen lassen.

Anschließend den Rotkohl in 2 EL Olivenöl andünsten. Geflügelfond unterrühren und bei schwacher Hitze etwa 40 Minuten garen. Rotkohl und Gewürzbeutel herausnehmen. Rotkohl als Einlage für die Suppe beiseite stellen. Den Fond bzw. die Essenz abschmecken und warm stellen (Sollte der Fond trüb sein, mit geschlagenem Eiweiß klären:

Je nach Menge der zu klärenden Flüssigkeit 1 bis 2 Eiweiß leicht verquirlen. Langsam in die leicht köchelnde Flüssigkeit gleiten lassen. Die Eiweißpartikel, binden Trübstoffe in der Flüssigkeit an sich. Anschließend das Eiweiß mit einer Schaumkelle abheben und die Flüssigkeit klären). In der Zwischenzeit Pilze putzen und klein schneiden. Getrennt voneinander in je 1 TL Olivenöl anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Lauchzwiebel putzen und das Grün sehr fein schneiden (weißen Teil der Lauchzwiebel anderweitig verwenden).

Für die Gewürzklößchen:

Schalotten schälen und fein würfeln. Schinken ebenfalls fein würfeln. 1 TL Butter erhitzen. Die Schalotten darin andünsten. Schinken zugeben und mit braten. Vom Herd ziehen und abkühlen lassen. Butter schaumig schlagen. Nach und nach Eigelbe unterrühren. Schinken-Schalottenmasse, Weißbrot und Petersilie untermischen. Mit Piment, Pfeffer, Sternanis, Muskatnuss und Salz würzen. Die Masse 10 Minuten ziehen lassen. Danach zu Klößchen (ca. 1,5 cm Durchmesser) formen. Im Geflügelfond etwa 5-6 Minuten garziehen lassen. Klößchen, Pilze, übrige Preiselbeeren, Lauchgrün und Rotkohlstreifen in warmen Teller anrichten. Rotkohlessenz erhitzen und über die Einlage geben.

Jörg Sackmann am 12. November 2013

Rucola-Salat mit Parma-Schinken, Wachtelei und Focaccia

Für 4 Personen

Für die Focaccia:

250 g Mehl	20 g Hefe	4 EL Olivenöl
1 TL Salz	1 EL Rosmarin	1 EL Thymian
1 EL Oregano	Meersalz	

Für den Rucolasalat:

8 Wachteleier	6 Bund Rucola	200 g gemischte Waldpilze
12 Scheiben Parma-Schinken	10 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
50 ml Balsamico Essig	50 ml Walnussöl	Zucker
10 g Honig	1 EL Senf	1 EL Worcestershiresauce

Mehl in eine Schüssel geben. In die Mitte eine Mulde drücken, Hefe hinein bröckeln und mit 250 ml lauwarmem Wasser und etwas Mehl vom Rand verrühren. Mit einem Tuch bedecken und an einem warmen, zugfreien Ort etwa 15 Minuten gehen lassen. 2 EL Öl, 1 TL Salz zum Vorteig geben und kräftig verkneten. Teig zu einer glatten Kugel formen, in die Schüssel legen und zugedeckt weitere 30 Minuten gehen lassen. Teig nochmals durchkneten und zu etwa 4 tennisballgroßen Kugeln formen. Teigkugeln mit den Fingern zu kleinen Fladen (ca. 1 cm dick) formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Zugedeckt 15 Minuten gehen lassen. Backofen auf 235 Grad vorheizen. Mit den Fingern kleine Mulden in die Fladen drücken. Mit den übrigen 2 EL Öl beträufeln, mit Meersalz Rosmarin, Thymian und Oregano bestreuen. Etwa 20 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Für den Salat die Wachteleier ca. 2 Minuten wachweich kochen, abschrecken und pellen. Rucola waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Pilze putzen und evtl. klein schneiden. Parma-Schinken in Streifen schneiden. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Pilze darin ca. 4 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Abkühlen lassen. Rucola und Pilze in einer Schüssel mischen. Aus Balsamessig, Walnuss- und Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker, Honig, Senf und Worcestershiresauce ein Dressing rühren (Nach Belieben noch etwa 2-3 EL lauwarmes Wasser zugeben). Schinken mit dem Salat mischen Wachteleier halbieren und auf dem Salat verteilen. Dressing darüber träufeln. Mit dem Focacciabrot anrichten.

Karlheinz Hauser am 24. Juni 2013

Süßkartoffel-Royal mit Berberitzen und Blumenkohl

Für 4 Personen

Für die Süßkartoffel-Royal:

300 g Süßkartoffeln	500 ml Geflügelfond	300 g Crème double
100 g Crème-fraîche	100 ml weißer Portwein	100 ml Wermut
40 g Butter	Salz, Cayennepfeffer	2 Eier
1 Eigelb		

Für die Einlage:

160 g Süßkartoffeln	200 g Blumenkohl	2 EL Olivenöl
20 ml Burgunderessig	200 ml Geflügelfond (Glas)	30 g Rosinen
20 g Berberitzen	20 g Kapern	Salz, weißer Pfeffer
40 g Butter	2 Stiele Koriander	

Für die Süßkartoffel-Royal:

Für den gestockten Süßkartoffelschaum (Royal) die Süßkartoffeln waschen, schälen, kleinschneiden und im Geflügelfond weichkochen. Zusammen mit Crème double und Crème-fraîche pürieren und anschließend durch ein feines Sieb streichen. Portwein und Wermut in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen lassen. Die Reduktion unter die Süßkartoffelcreme geben. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Crème erneut aufkochen. Die Butterflocken unterrühren. Anschließend 600 g Süßkartoffelcreme mit den Eiern und dem Eigelb verrühren. Backofen auf 85 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Royal in 4 große Suppenteller geben, mit Folie abdecken und im Ofen ca. 40 Minuten stocken lassen.

Für die Einlage:

Süßkartoffeln waschen, schälen und in ca. 5 mm große Würfel schneiden. Blumenkohl putzen, waschen und in Röschen teilen. Olivenöl erhitzen, Süßkartoffeln darin andünsten. Mit Burgunderessig ablöschen und etwas einköcheln. Geflügelfond zugeben und zugedeckt langsam dünsten. Rosinen, Berberitzen und Kapern zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Blumenkohlröschen in dünne Scheiben schneiden. In heißer Butter vorsichtig goldbraun braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Koriander abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Blättchen fein schneiden und mit dem Blumenkohl mischen. Süßkartoffel-Royal aus dem Ofen nehmen. Süßkartoffel-Berberitzen-Mischung und Blumenkohl darauf anrichten. Mit dem übrigen Süßkartoffelschaum servieren.

Jörg Sackmann am 24. September 2013

Sauerbraten vom Waller mit Rahm-Kohlrabi und Kirschen

Für 4 Personen

Für den Waller-Sauerbraten:

4 Wallerfilets (à ca. 110 g)	Meersalz, Pfeffer	1 EL Olivenöl
2 EL Butter	2-3 EL heller Balsamico	

Für die Rahmkohlrabi:

2 Kohlrabi	Salz	1 Schalotte
1 EL Butter	50 ml Wermut	150 g Sahne

Für die Sauerkirschen:

50 g getrocknete Sauerkirschen	10 g Butter	50 ml Portwein
50 ml Rotwein		

Für die Fischsauce:

1 Schalotte	Olivenöl	50 ml Weißwein
50 ml Wermut	1/2 Lorbeerblatt	450 ml Fischfond
250 g Sahne	50 g kalte Butter	1-2 EL weißer Balsamessig

Für den Waller-Sauerbraten:

Backofen auf 85 Grad vorheizen. Die Wallerfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in 1 EL Olivenöl und 1 EL Butter von beiden Seiten ganz kurz anbraten. Mit Balsamico ablöschen und solange einköcheln lassen, bis die Filets beginnen, von jeder Seite leicht zu karamellisieren. Filets anschließend in eine ofenfeste Pfanne umschichten, 1 EL Butter zugeben und in den vorgeheizten Backofen schieben. Etwa 5 Minuten vor dem Anrichten den Backofen auf 150 Grad schalten und die Filets ca. 2 Minuten garen.

Für die Rahmkohlrabi:

In der Zwischenzeit den Kohlrabi putzen und schälen. Kohlrabi in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden und dann in Rauten schneiden. Kohlrabirauten in Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und kalt abschrecken. Schalotte schälen, würfeln und in Butter andünsten. Wermut zufügen und einkochen lassen. Sahne zugeben und alles zu einer cremigen Sauce köcheln lassen. Die Sauce, durch ein Sieb passieren, zurück in den Topf geben. Kohlrabi zugeben und in der Sauce ziehen lassen.

Für die eingelegten Sauerkirschen:

Für die Kirschen die Butter in einen Topf geben und leicht bräunen. Kirschen untermischen. Mit Portwein und Rotwein ablöschen. Kirschen köcheln lassen, bis die Flüssigkeit nahezu verkocht ist. Kirschen danach beiseite stellen.

Für die Fischsauce:

die Schalotte schälen, fein würfeln und in 1 EL Olivenöl glasig andünsten. Weißwein, Wermut und das halbe Lorbeerblatt hinzufügen. Den Flüssigkeit nahezu verkochen lassen, dann Fischfond und die Sahne dazugeben. Die Sauce auf ca. 200 ml einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein Sieb, zurück in den Topf passieren. Kalte Butter in Stückchen mit einem Stabmixer untermischen. Fischsauce mit etwas Balsamessig würzen und kurz vor dem Servieren mit dem Stabmixer aufschäumen. Rahmkohlrabi und Waller anrichten. Mit Fischsauce beträufeln. Kirschen und etwas Kochfond rundherum verteilen. Sofort servieren.

Frank Buchholz am 07. Oktober 2013

Schwarzwurzel-Schaum mit Haselnuss-Öl, Bergkäse-Röllchen

Für vier Portionen

Für die Suppe:

400 g Schwarzwurzeln	500 ml Milch	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	600 ml hellen Geflügelfond	1 Zitrone
150 ml Sahne	2 TL Akazienhonig	2 EL Haselnussöl
Salz, Pfeffer		

Für die Käseröllchen:

100 g Bergkäse (10 Monate)	50 g Crème-fraîche	1 Zitrone
1 Eigelb	½ Bund Schnittlauch	Pfeffer
4 Blätter Frühlingsrollenteig	Pflanzenfett	4 Blüten der Kapuziner Kresse

Die Schwarzwurzeln zwischen Daumen und Zeigefinger festhalten, rundherum abschälen und die holzigen Enden wegschneiden. Danach in grobe Würfel schneiden und in die Milch legen, damit sie nicht so schnell braun werden. Schalotten und Knoblauch schälen und würfeln. Die Butter leicht erhitzen und darin die Schalotten, den Knoblauch und die Schwarzwurzeln hell anschwitzen. Danach mit Geflügelfond auffüllen und für circa 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Die Zitrone auspressen und das Ganze mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen, zuletzt mit Sahne aufgießen. Für weitere fünf Minuten köcheln lassen, anschließend die Suppe mithilfe einer Küchenmaschine fein pürieren und durch ein feines Sieb laufen lassen. Kurz vor dem Servieren die Suppe mit Honig und Haselnussöl abschmecken, mit einem Stabmixer aufschäumen und in tiefe Teller füllen. Für die Röllchen den Käse in sehr feine Würfel schneiden. Die Zitrone auspressen, den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Nun den Käse zusammen mit Crème-fraîche, Zitronensaft, Eigelb, zwei Esslöffeln Schnittlauch und schwarzem Pfeffer zu einer kompakten Masse anrühren. Danach den Frühlingsrollenteig rautenförmig vor sich hinlegen. Eine schmale Linie der Füllung auf den Teig legen, die Ränder mit Eigelb einpinseln, die Seiten einschlagen und den Teig wie eine Zigarre von unten nach oben aufrollen. Zuletzt die Enden andrücken. Die Käsestangen sehr heiß und kurz knusprig im erhitzten Pflanzenfett ausbacken und auf Küchenpapier zum Abtropfen legen. Quer über die aufgeschäumte Suppe legen und mit Kresse garnieren.

Johann Lafer am 07. Dezember 2013

Spargel in Orangen-Vinaigrette mit Wachtel-Brüstchen

Für vier Portionen

Für den Spargel:

12 Stangen weißer Spargel	3 Orangen, unbehandelt	5 EL Olivenöl
2 Schalotten	1 EL Puderzucker	Salz, Pfeffer

Für die Wachtelbrüstchen:

2 Wachteln	2 Eier	1 EL geschlagene Sahne (30 g)
120 g Mehl	150 g Semmelbrösel	250 g Butterschmalz
3 Schalen Shiso-Kresse		

Spargel schälen, die Enden abschneiden. Schale einer Orange fein abreiben, den Saft aller Orangen auspressen. 2 Esslöffel Olivenöl in einem Dämpftopf erhitzen, Schalotten, Orangenschale und -saft, sowie Puderzucker zugeben und erhitzen. Spargelstangen in den Dämpfeinsatz legen, diesen in den Topf setzen und den Spargel bei geschlossenem Deckel circa 15 Minuten bissfest garen. Spargel herausheben und auf eine Platte legen. Den Sud in einen hohen Becher füllen, restliches Olivenöl zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce mit einem Pürierstab aufmixen und abschmecken. Die Brüste und Keulen der Wachteln ablösen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eier verquirlen und die Sahne unterheben. Nun die Brüste und Keulen zuerst in Mehl, danach in dem Ei- Sahne-Gemisch und zuletzt in den Semmelbröseln panieren. In heißem Butterschmalz goldgelb ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Anschließend leicht salzen. Die Shiso-Kresse mit einer Schere abschneiden. Den Spargel mit der Orangenvinaigrette großzügig übergießen. Die Wachtelbrüste und -keulen dazulegen und mit Kresse bestreut servieren.

Johann Lafer am 04. Mai 2013

Spargel-Frühlingsrollen mit Senf-Sabayon

Für vier Portionen

Für die Frühlingsrollen:

1 Bund weißer Spargel	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
4 Stiele glatte Petersilie	2 Zweige Thymian	2 EL Olivenöl
1 Eigelb	1 Eigelb, 1 EL Wasser	8 Frühlingsrollenblätter
Salz, Pfeffer, Fett		

Für die Senfcreme:

100 ml Weißwein	10 weiße Pfefferkörner	2 Schalotten, geschält, halbiert
2 Stiele Estragon	2 Stiele Thymian	2 Eigelbe
1 EL grober Senf	2 Stiele Estragon, gehackt	150 g zimmerwarme Butter
0,5 Zitrone	Zucker	

Für den Salat:

200 g Wildkräutersalat	30 ml Weißweinessig	40 ml Olivenöl
Honig		

Für die Frühlingsrollen Spargel, Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Petersilie und den Thymian abrausen, Blätter von den Stielen zupfen und klein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin Spargel, Schalotten, Knoblauch und die Kräuter kurz anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Schüssel geben. Das Eigelb unterrühren. Die Frühlingsrollenblätter auslegen und etwas Füllung darauf geben. Die Seiten mit dem verquirlten Eigelb bestreichen, einschlagen und zu einer Rolle aufrollen. So fortfahren, bis acht Rollen entstanden sind. Das Fett in einem Topf auf etwa 160 Grad erhitzen und die Frühlingsrollen darin knusprig und goldbraun ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Leicht salzen. Für die Senfsabayon den Weißwein mit Pfefferkörnern, Schalotten, Estragon und Thymian aufkochen und auf ein Drittel einkochen lassen. Die Eigelbe in eine Schlagschüssel geben, den heißen Sud durch ein Sieb dazugießen. Die Eigelbe und den Sud über einem heißen Wasserbad dickschaumig aufschlagen. Den Senf und gehackten Estragon untermischen und nach und nach die warme Butter unterschlagen. Die Sabayon zuletzt mit Salz, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Den Kräutersalat waschen und trockenschleudern. Weißweinessig und Olivenöl in einer Schüssel mit etwas Honig verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat damit marinieren. Den Salat auf einem Teller anrichten, je zwei Frühlingsrollen darauf anrichten und die Senfsabayon dazu servieren.

Johann Lafer am 11. Mai 2013

Spargel-Süßkartoffel-Rösti mit Jakobsmuscheln

Für vier Portionen

8 frische Jakobsmuscheln

Für die Safranmayonnaise:

10 Safranfäden

50 ml Milch

1 TL Senf

2 Eigelbe

1 TL Safranhonig

$\frac{1}{2}$ Zitrone

200 ml Rapsöl

Für die Spargel-Süßkartoffel-Rösti:

2 Süßkartoffeln (ca. 300 g)

5 Stangen weißer Spargel

2 TL Speisestärke

2 EL Olivenöl

30 g Butter

1 kleine rote Chilischote

1 EL Olivenöl

200 ml frischer Orangensaft

75 g kalte Butter

2 EL Olivenöl

2 Stangen Frühlingslauch

100 g Wildkräutersalat

Zucker, Salz, Pfeffer

Jakobsmuscheln aus der Schale lösen. Muskelfleisch von den Innereien befreien und waschen. Für die Mayonnaise Safran mit Milch in einem Topf erwärmen und 10 Minuten ziehen lassen. Senf, Eigelbe, Safranhonig und Zitronensaft in eine Schüssel geben und verrühren. Die Hälfte des Öls tröpfchenweise unterschlagen, das restliche Öl in einem dünnen Strahl zugeben und unterschlagen. Safranmilch zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Süßkartoffeln und Spargel schälen, grob raspeln und in einer Schüssel mit der Stärke mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mischung zusammen in 2 EL heißem Olivenöl 2-3 Minuten anbraten. Dabei mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen. Zu einem Kuchen zusammendrücken und goldbraun braten. Wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls braun braten, einige Butterflockchen am Rand der Pfanne verteilen. Warm halten. Frühlingslauch waschen, putzen und in dünne Streifen schneiden. Chilischoten der Länge nach halbieren, entkernen und in möglichst dünne Streifen schneiden. Chilistreifen in restlichem Olivenöl anschwitzen, dann mit Orangensaft ablöschen. Flüssigkeit um die Hälfte einkochen, Topf vom Herd ziehen, kalte Butter nach und nach unterrühren. Jakobsmuscheln mit Salz, Pfeffer würzen, etwas Öl beträufeln und in einer heißen Grillpfanne auf jeder Seite etwa 3-4 Minuten braten. Rösti vierteln, auf Tellern anrichten, Salatblätter und je zwei Jakobsmuschel darauf verteilen. Orangen-Chili-Butter über die Muscheln verteilen und mit der Mayonnaise servieren.

Johann Lafer am 18. Mai 2013

Spinat-Waffeln mit knusprigem Schinken und Gurken-Salat

Für vier Personen

Für die Waffeln:

100 g Blattspinat, jung	5 EL Milch	4 Eier (Klasse M)
150 g Butter, zimmerwarm	170 g Mehl	150 ml Schlagsahne
1 Muskatnuss	Salz, Öl	

Für den Salat:

1 Gurke	3 EL Weißweinessig	2 EL Olivenöl
3 Stängel Dill	6 Scheiben Kochschinken	20 g Butter
150 g Frischkäse	Zucker, Salz, Pfeffer	

Den Spinat putzen, waschen und in der Salatschleuder trocken schleudern. Anschließend die Milch dazugeben und das Ganze mit einem Pürierstab fein mixen. Die Eier trennen. Die Butter in einer Schüssel mit einer Prise Salz schaumig schlagen, die Eigelbe zugeben und unterschlagen. Nun das Mehl, die Spinatmilch und die Sahne unterrühren. Mit etwas frisch geriebener Muskatnuss würzen. Die Eiweiße mit einer Prise Salz steif schlagen und den Eischnee unter den Teig heben. Ein Waffeleisen erhitzen, mit etwas Öl fetten und nacheinander acht Waffeln backen. Diese anschließend auf einem Kuchengitter leicht abkühlen lassen. Für den Salat die Gurke waschen, schälen und in dünne Scheiben hobeln. Mit Salz würzen und zehn Minuten ziehen lassen. Das entstandene Wasser abgießen. Nun die Gurken mit Zucker, Essig und etwas Pfeffer würzen und mit Olivenöl mischen. Den Dill klein schneiden und unterrühren. Den Schinken in einer Pfanne mit etwas Butter knusprig braten. Die Pfannkuchen mit Frischkäse bestreichen und anschließend mit Schinken und Gurkensalat belegen. Eine zweite Waffel darauf legen. In Ecken schneiden und servieren.

Horst Lichter am 26. Januar 2013

Steckrübe mit Feldsalat und Schwarzwälder Schinken

Für 4 Personen

Für das Brot:

2 Zweige Thymian	250 g Mehl	Salz
1/2 Würfel Hefe (ca. 20 g)	1/2 TL Zucker	1 Ei
150 ml Milch	3 EL Olivenöl	

Für die Steckrübe:

1 Steckrübe (ca. 800 g)	1 Zwiebel	60 g Butter
Zucker, Salz, Kurkuma	1 TL Senf	3 EL Apfelsaft
2 EL Apfelessig	6 EL Sonnenblumenöl	200 g Feldsalat
50 g Schwarzwälder Schinken		

Für das Brot:

Thymian abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein hacken. Mehl, Thymian und 1/2 TL Salz in einer Schüssel mischen. Hefe, Zucker, 1 Ei mit lauwarmen Milch verrühren. Die Hefemischung unter das Mehl kneten. Öl zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen und in einer Schüssel ca. 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Teig sehr dünn ausrollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und 10 Minuten gehen lassen. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Teigfladen mit dem Finger mehrfach eindrücken, so dass eine unregelmäßige Oberfläche entsteht. Im heißen Ofen auf der untersten Schiene ca. 10 Minuten backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Für die Steckrübe:

Die Steckrübe waschen und schälen. Steckrübe halbieren und zwei, ca. 1 cm dicke Scheiben abschneiden und beiseite stellen. Die übrige Steckrübe grob würfeln. Zwiebel schälen und ebenfalls würfeln. 10 g Butter erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Steckrübenwürfel zugeben. Mit 1 EL Zucker, etwas Salz und Kurkuma würzen und weich dünsten. Inzwischen aus Senf, Apfelsaft, Apfelessig, Sonnenblumenöl eine Vinaigrette herstellen. Aus den Steckrübenscheiben mit einem Sparschäler dünne Streifen schneiden. Die Streifen in Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen, kalt abspülen, abtropfen lassen und noch warm in die Vinaigrette geben. Die gedünsteten Steckrüben pürieren, durch ein Sieb passieren. Übrige Butter untermischen und mit Salz abschmecken. Feldsalat putzen, waschen und trockenschütteln. Salat zu den marinierten Steckrübenstreifen geben und würzen. Püree mit den Teigfladen, Salat und Schinken anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 11. Dezember 2013

Taboulé mit Kichererbsen, Chili und Zitronen

Für 4 Personen

100 g Kichererbsen	300 ml Gemüsebrühe	200 g Instant Couscous
1 Bund Petersilie	3 unbehandelte Zitronen	Salz
4 EL Olivenöl	2 Stiele Thymian	10 Kirschtomaten
Zucker	600 g Fleischtomaten	1 Chilischote
1 Zwiebel	Raz el Hanout	Fladenbrot

Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Kichererbsen mit Gemüsebrühe ca. 40 Minuten weich kochen. Kichererbsen abgießen und die Brühe dabei auffangen. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Blättchen fein schneiden. 1 Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Zitronenhälften beiseite stellen. Die Kichererbsen mit Zitronensaft, Salz, fein geschnittener Petersilie, Olivenöl marinieren. Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Thymianblättchen von den Stielen abstreifen. Die Kirschtomaten abspülen, trockenreiben und halbieren. Tomaten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit Salz, Zucker und der Hälfte der Thymianblättchen würzen. Im Backofen ca. 30 Minuten trocknen. Die Fleischtomaten am Blütenansatz einritzen mit kochendem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Fleischtomaten in kleine Würfel schneiden. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Zwiebel schälen und würfeln und in Olivenöl anbraten. Mit Raz el Hanout und übrigen Thymianblättchen würzen. Zusammen mit den Tomatenwürfeln, der gehackten Chili und ca. 250 ml warmer Gemüsebrühe zum Couscous geben und gut mischen. Couscous mit Salz würzen und etwa 1 Stunde ziehen lassen. Die Masse dabei immer wieder mit einer Gabel auflockern (Der Couscous sollte schön saftig sein. Ist die Masse zu trocken, noch etwas Brühe untermischen) Restliche Zitronen abspülen und trockenreiben. Von 1 Zitrone die Schale abreiben und zum Couscous geben. Dann beide Zitronen schälen, so dass die weiße Haut entfernt wird. Zitronenfilets ausschneiden. Filets beiseite stellen. Die Zitronenschalen und ausgepressten Hälften klein schneiden und mit 200 ml Wasser und etwas Salz 10 Minuten kochen. Den Sud abgießen und abkühlen lassen. Den Zitronensud durch ein Sieb geben und den Couscous damit abschmecken. Den Couscous mit Kichererbsen, Kirschtomaten und Zitronenfilets abschmecken und anrichten. Dazu passt Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah am 07. August 2013

Tafelspitz-Sülze mit Frankfurter grüner Soße

Für 4 Personen

Für die Sülze:

10 Blatt Gelatine	750 ml Kalbsfond	40 ml Champagneressig
Salz, Pfeffer	2 Stängel Liebstöckel	3 Stängel glatte Petersilie
500 g gekochter Tafelspitz	100 g Möhren	100 g Lauch
100 g Schalotten	4 Gewürzgurken	

Für die grüne Sauce:

1 Bund gemischte Kräuter	2 Eier, hart gekocht	1 Schalotte
1 TL Senf	2 EL Essig	30 ml Pflanzenöl
Salz, Pfeffer	100 g Crème-fraîche	

Für die Sülze:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Kalbsfond aufkochen, den Topf vom Herd ziehen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Den Kalbsfond mit Essig, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Liebstöckel und Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. In eine Terrinenform (ca. 1,5 l Inhalt) ungefähr 5 mm Geleekalbsfond angießen. Liebstöckelblättchen als Dekoration auflegen. Im Kühlschrank erstarren lassen. Den Tafelspitz in 5mm große Würfel schneiden. Möhren, Schalotten und Lauch schälen bzw. putzen und in 2 mm große Würfel schneiden. Diese in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, abgießen, abschrecken und auf einem Tuch gut abtrocknen. Gewürzgurken in 2 mm große Würfel schneiden. Petersilie fein hacken. Die Tafelspitz- und Gemüsewürfel mit den Gurkenwürfeln und der Petersilie gut vermischen und in die Form füllen. Etwas festdrücken. Mit der restlichen Gelierbrühe aufgießen und im Kühlschrank, am besten über Nacht, erstarren lassen.

Für die Sauce:

Die Kräuter abspülen, trocken schütteln, z.T. Stiele entfernen und die Kräuter fein schneiden. Die gekochten Eier schälen, halbieren, Eigelbe herausnehmen und durch ein Sieb streichen. Eiweiß fein hacken. Schalotte schälen und sehr fein schneiden. Eigelb mit Schalotte, Senf, Essig und Öl gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Die gehackten Kräuter und Eiweiß untermischen und zuletzt die Crème-fraîche untermischen. Zum Anrichten der Sülze die Form kurz in heißes Wasser stellen, die Sülze herausstürzen und in Scheiben schneiden. Sülze auf Tellern mit etwas grüner Sauce anrichten.

Sören Anders am 17. Juli 2013

Tatar mit jungem Gemüse

Für 2 Portionen:

2 Kalbsfiletsteaks	50 g getrocknete Tomaten	1 Zitrone
1 Zwiebel	10 Kräuterseitlinge	1 Zehe Knoblauch
100 g Babyspinat	0,5 Bund Schnittlauch	Butter, Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Das Kalbsfilet in Streifen schneiden und würfeln. Die Kalbsfiletwürfel in eine Schale geben. Butter in eine Pfanne geben, die Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden und in die Pfanne geben. Die getrockneten Tomaten in Würfel schneiden und dazugeben. Alles zusammen in der Butter leicht andünsten. Zitronenschale über das Fleisch reiben und einen Spritzer Zitronensaft darüber geben. Kräftig salzen und pfeffern, drei Esslöffel Öl und die andünsteten Tomaten sowie die Zwiebeln dazugeben. Das Ganze vermengen und kurz marinieren lassen. Die Kräuterseitlinge werden mit Stil verarbeitet und in grobe Würfel geschnitten. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin andünsten. Knoblauch abziehen, grob klein schneiden und mit dem Babyspinat dazugeben. Alles kräftig anbraten und mit einer Prise Salz und viel Pfeffer würzen. Das Gemüse und das Tatar auf Tellern anrichten und den grob geschnittenen Schnittlauch als Dekoration dazugeben.

Steffen Henssler am 11. November 2013

Tatar von Honigmelone und Saibling mit Estragon-Dressing

Für 4 Personen

1 reife Honigmelone	2 Saiblinge	1 Bund Estragon
1 Bund Schnittlauch	7 EL Olivenöl	3 Limetten
Salz	50 g Pinienkerne	2 Eier
200 g Mehl	ca. 350 ml Milch	2 EL Butterschmalz

Die Honigmelone vierteln und die Kerne herausstreichen. Das Fruchtfleisch von der Schale lösen. 3/4 des Fruchtfleisches in feine Würfel schneiden. Übriges Melonenfruchtfleisch in ca. 8 cm lange Streifen schneiden. Die Saiblinge abspülen, trockentupfen, filetieren und entgräten. Von den Saiblingen 4 daumendicke Stücke ausschneiden, den restlichen Fisch in feine Würfel schneiden. Estragon und Schnittlauch abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen vom Estragon abzupfen und fein schneiden. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Melone und Fischwürfel mischen mit Estragon und Schnittlauch, 4 EL Olivenöl, Saft von 1 Limette und Salz abschmecken. Etwa 15 Minuten marinieren lassen. 2 Limetten abspülen und trockentupfen. Die Schale dünn abreiben. Danach die Limetten dick schälen und die Filets zwischen den Trennhäuten ausschneiden. Limettenfilets grob hacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, abkühlen lassen und hacken. Für die Pfannkuchen die Eier trennen. Eiweiß steif schlagen, Eigelbe, Mehl, Milch, 2 EL Olivenöl und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verrühren. Mit Limettenabrieb, Limettenfilets, und Pinienkerne abschmecken, Eiweiß unterheben. Butterschmalz portionsweise erhitzen und aus dem Teig kleine (ca. 10 cm Durchmesser) dicke Pfannkuchen backen. Herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Fischstreifen leicht salzen und in 1 EL Olivenöl von beiden Seiten kurz braten. Pfannkuchen mit Saibling-Melonen-Tatar. Melonenstreifen und gebratenen Fischstreifen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 28. August 2013

Teller-Sülze von der Forelle

Für 4 Personen

1 küchenfertige Forelle	1 Bund Suppengemüse	3 EL Butter
500 ml Weißwein	1 Lorbeerblatt	5 Pfefferkörner
1/2 Bund Blattpetersilie	Pfeffer, Salz	5-6 Blatt Gelatine
1 Bund Kerbel	1 Bund Schnittlauch	1 EL Zitronensaft

Forelle abspülen und filetieren. Den Kopf und die Gräten abspülen. Suppengemüse abspülen und schälen. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen. Gräten darin andünsten. Mit 1 Liter Wasser und Wein ablöschen. Suppengemüse, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und Petersilie zugeben und alles ca. 20 Minuten kochen lassen. Den Fond durch ein Sieb, zurück in den Topf gießen und den Fond erneut um die Hälfte einköcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Kerbel abspülen und die Blättchen abzupfen. Kerbel unter den Fond rühren und pürieren. Gelatine ausdrücken und unter den Fond mischen. Schnittlauch abspülen, trockenschütteln und in Röllchen schneiden. Ebenfalls unter den Fond rühren. Fond abkühlen lassen, bis er zu gelieren beginnt. Forellenfilets salzen, pfeffern und mit Zitronensaft beträufeln. Filets in 2 EL Butter von beiden Seiten ca. 3-4 Minuten braten. Herausnehmen, in Stücke schneiden und abkühlen lassen. Suppengemüse in feine Würfel schneiden. Mit den Forellenfilets unter den grünen Fond mischen. Alles in tiefe Teller füllen und über Nacht im Kühlschrank gelieren lassen (Man kann auch alles in eine Terrinenform füllen. Diese mit Frischhaltefolie auslegen und die Masse hineingeben. Abdecken und ebenfalls über Nacht fest werden lassen. Tellersülze nach Belieben mit Remoulade, grünem Salat und Baguette anrichten.

Vincent Klink am 26. September 2013

Terrine mit Räucherlachs und Frischkäse

Für 4 Personen

200 g Räucherlachs	5 Blatt Gelatine	100 ml Wermut
150 g Sahne	200 g Frischkäse	150 g Joghurt
Salz, Pfeffer	Piment de Espelette	1-2 TL Zitronensaft
1/2 Bund Dill	100 g Feldsalat	8 Radieschen
4 EL Weißweinessig	2 EL Olivenöl	1 TL scharfer Senf
4 TL Forellenkaviar		

Eine Terrinen Form (ca. 600 ml Inhalt) mit Klarsichtfolie auskleiden. Mit den Räucherlachs-scheiben so auslegen, dass diese 2 cm über den Rand hinausragen. Restlichen Räucherlachs in feine Würfel schneiden. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Wermut in einen Topf geben und etwa um die Hälfte einkochen lassen. 50 g Sahne zugeben und die eingeweichte Gelatine darin auflösen. Frischkäse und Joghurt in eine Schüssel geben und glatt rühren. Wermutsahne untermischen. Mit Salz, Pfeffer, Piment de Espelette und Zitronensaft kräftig abschmecken. (In kaltem Zustand verliert Masse an Geschmack.) Dill abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Mit den Räucherlachswürfeln unter die Frischkäsemasse rühren. Übrige Sahne steif schlagen und unterheben. Alles in die vorbereitete Terrinenform geben. Den Lachs darüber schlagen, mit der Folie abdecken und 1-2 Stunden im Kühlschrank kühlen lassen. In der Zwischenzeit Feldsalat putzen, waschen und trocken schütteln. Radieschen in feine Streifen schneiden. Essig, Öl, Senf, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette rühren. Mit Feldsalat und Radieschenstreifen mischen. Die Lachsterrine aus der Form stürzen, vorsichtig die Folie abziehen und mit einem, in heißes Wasser getauchten Messer in ca. 1, 5 bis 2 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salat und Forellenkaviar anrichten.

Karlheinz Hauser 21. Januar 2013

Tomaten-Safran-Sud mit mariniertem Fenchel

Für 4 Personen

Für den Tomatensud:

500 ml Weißwein	1 Msp. Safranfäden	10 Tomaten
Salz, Zucker	1 Spritzer Essig	1 Spritzer Zitronensaft

Für den marinierten Fenchel:

2 Knollen Fenchel mit Grün	Meersalz, Zucker	Saft und Schale von 1/2 Zitrone
Saft und Schale von 1/2 Limette	3 EL Rapsöl	50 g Estragon
50 g Kerbel	50 g Sauerampfer	8 essbare Blüten
2 EL Olivenöl		

Für den Tomatensud:

Für den Sud Weißwein mit Safran in einen Topf geben und auf ca. 100 ml einkochen. Tomaten waschen und klein schneiden, mit der Safranreduktion fein pürieren und durch ein Sieb gießen. Dann mit Salz, Zucker, Essig und Zitronensaft abschmecken und kalt stellen.

Für den marinierten Fenchel:

Fenchel waschen und mit einem Gemüsehobel so fein wie möglich schneiden. Fenchelgrün ebenfalls fein schneiden und untermischen. Mit Salz, Zucker, Zitronensaft und -schale, Limettensaft und -schale sowie Rapsöl würzen. Estragon, Kerbel, Sauerampfer und Blüten abspülen und trockenschütteln. Kräuterblättchen von den Stielen zupfen. Kräuter und Blüten mit etwas Salz und Olivenöl mischen und kurz marinieren. Sud gut verrühren und auf vier tiefe Teller verteilen. Gehobelten Fenchel in der Mitte anrichten. Kräuter auf dem Fenchelsalat dekorativ anrichten. Dazu passt Fladenbrot oder Baguette.

Frank Buchholz am 09. September 2013

Topinambur-Schaum mit Muschel-Praline

Für 4 Personen

Für die Muschelpraline:

180 g Kabeljaufilet	1 kg Miesmuscheln	Olivenöl
1 Lorbeerblatt	2 Zweige Thymian	10 g Pfefferkörner
5 g Korianderkörner	100 ml Weißwein	100 ml Wermut
3 Stiele Koriander	6 Scheiben Toastbrot	60 g Sahne
je 1 Prise Curry	Piment d'Espelette	20 ml Sojasauce
15 ml Teriyakisauce	500 g Frittierfett	

Für den Topinamburschaum:

300 g Topinambur	100 g Schalotten	30 g Butter
100 ml Weißwein	500 ml Brühe	200 g Sahne
100 g Crème-fraîche	Salz, Pfeffer, Muskat	

Für die Muschelpraline Den Kabeljau in kleine Stücke schneiden und etwa 30 Minuten anfrieren. Die Muscheln gründlich spülen. Geöffnete Muscheln aussortieren. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Muscheln, mit Lorbeerblatt, Kräutern und Gewürzen in den Topf geben. Mit Weißwein und Wermut ablöschen und den Topf mit einem Deckel verschließen und ca. 2 bis 3 Minuten garen, bis alle Muschel geöffnet sind. Geschlossene Muscheln aussortieren. Die gegarten Muscheln abkühlen lassen und das Muschelfleisch aus der Schale lösen. Für den Topinamburschaum Topinambur und die Schalotten putzen bzw. schälen und klein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten und Topinambur darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen. Brühe, Sahne und Crème-fraîche unterrühren und weich kochen. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Toastbrot in 2 mm feine Würfel schneiden. Kabeljaustücke mit Sahne in einen Cutter geben und zu einer Farce pürieren. Das Muschelfleisch klein schneiden und zur Farce geben. Mit Salz, Curry, Piment d'Espelette, Curry, Sojasauce und Teriyakisauce würzen. Aus der Masse pralinengroße Bällchen formen. Diese im feingeschnittenen Toastbrot wenden. Frittierfett auf ca. 160 Grad erhitzen. Die Bällchen darin goldgelb ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Suppe pürieren und dabei leicht aufschäumen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Suppe mit den Muschelpralinen anrichten, mit Koriander bestreuen.

Sören Anders am 25. Oktober 2013

Vacherin Mont-d`Or im Strudel-Blatt mit Karotten-Salat

Für 4 Personen

400 g Karotten	20 g Ingwer	1/2 Bund Koriander
1 unbehandelte Zitrone	4 EL Orangensaft	4 EL Rapsöl
Meersalz	1 Prise Curry	2 EL Butter
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen	200 g Filoteig	150 g Vacherin Mont-d'Or
3-5 EL Sonnenblumenöl		

Karotten schälen, waschen und in sehr feine Längsstreifen schneiden (am besten mit einem Gemüsehobel oder Sparschäler). Ingwer schälen und fein reiben. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Zitrone abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Schale und Saft mit Orangensaft, Ingwer, Koriander und Rapsöl mischen. Mit Salz und Curry abschmecken und die Karottenstreifen untermischen. Kürbis mindestens 10 Minuten darin marinieren. Die Butter in einem Topf bräunen und Kreuzkümmel untermischen. Filoteig in 16 Streifen à 20x8cm, schneiden. Jeweils einen Streifen mit der Kreuzkümmelbutter bepinseln und einen weiteren Teigstreifen darauf fixieren. Die doppelten Teigstreifen, immer 2 Stück, kreuzweise auf die Arbeitsfläche legen. Käse mit einem Löffel auf die Kreuzmitte legen, mit den Teigstreifen einschlagen und andrücken. Die Strudel -Pakete in einer Pfanne mit dem Sonnenblumenöl langsam von allen Seiten goldgelb anbraten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Karottensalat auf den Tellern anrichten und die Strudel-Pakete aufsetzen.

Michael Kempf am 17. Mai 2013

Vanille-Creme mit Zwetschgenröster, Mandelkrokanthippe

Für 4 Personen

Für die Vanillecrème:

1 Blatt Gelatine	1 Vanilleschote	Orangenabrieb
250 ml Vollmilch	400 g Sahne	6 Eigelb
50 g Zucker	1 – 2 TL Speisestärke	

Für die Zwetschgenröster:

400 g Zwetschgen	50 g brauner Zucker	50 g weißer Zucker
200 ml Rotwein	1 Vanilleschote	1 Zimtstange
4 Gewürznelken	50 ml Zwetschgenwasser	

Für die Mandelkrokanthippe:

110 g Zucker	65 g gemahlene Mandeln	65 g flüssige Butter
65 ml Orangensaft	35 g Weizenmehl	12- Stiele Minze

Für die Crème:

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Zusammen mit der Schote, Orangenabrieb, Milch (bis auf 2 EL) und 250 ml Sahne in einem Topf erwärmen, aber nicht kochen lassen. Eigelbe mit 30 g Zucker in einem Topf mischen und schaumig schlagen. Vanilleschote entfernen, die heiße Milch unter die Eigelbmasse rühren. Speisestärke mit übrigen 2 EL Milch verrühren und unter die Eimasse rühren, alles einmal aufkochen, dabei stetigiterrühren. Wenn die Crème fester wird, die ausgedrückte Gelatine zugeben, darin auflösen und die Masse durch ein Sieb passieren. Restliche Sahne und übrigen Zucker steif schlagen, unter die leicht abgekühlte Vanillecrème heben und kalt stellen.

Für den Zwetschgenröster:

Das Obst waschen, halbieren und entsteinen. Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren, mit Rotwein und 100 ml Wasser ablöschen und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Ausgekratzte Vanilleschote und -mark, Zimtstange, Nelken und Zwetschgen zugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss Zwetschgenwasser oder Rum zugeben, aus dem Topf in eine Schüssel oder ein großes Einmachglas umfüllen und erkalten lassen.

Für die Krokanthippe:

Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Dann zunächst auf Pappe einen Kreis von 10 cm Durchmesser zeichnen, ausschneiden und den Ausschnitt der Pappe als Schablone nutzen. 110 g Zucker, gemahlene Mandeln, flüssige Butter, Orangensaft und Mehl mit einem Handrührgerät ca. 3 Minuten zu einer homogenen Masse rühren. Die Schablone auf Backpapier legen, 1 TL Masse in die Mitte geben. Die Masse mit einer Teigkarte oder einem Messer dünn verstreichen und die Schablone wieder abnehmen. Die restlichen Krokanthippen ebenso herstellen. Im Backofen ca. 6 Minuten backen. Herausnehmen, auskühlen lassen und in einer luftdichten Dose aufbewahren. Mit einem heißen Löffel schöne Nocken von der Vanillecrème abstechen und mittig auf Teller geben. Mit Zwetschgenröster und etwas Sud anrichten. Mit Krokanthippen und Minzeblättchen dekorieren.

Frank Buchholz am 23. August 2013

Variationen vom Hokkaido-Kürbis

Für 4 Personen

1 Hokkaidokürbis	Salz	3 Stiele Rosmarin
3 kleine Zwiebeln	7 EL Sonnenblumenöl	1 kleines Bund Rosmarin
Saft von 1 Limette	4 EL Sonnenblumenöl	Zucker, Paprikapulver
1 EL Kürbiskerne	100 g Bergkäse	50 g Schlagsahne
1 Brötchen vom Vortag	Mehl	1 Ei
500 g Frittierfett	1 Stange Lauch (Porree)	Kürbiskernöl

Den Kürbis waschen, halbieren und die Kerne heraus schaben. Kerne mit kaltem Wasser bedecken. Salz und 1 Stiel Rosmarin zugeben daraus ca. 30 Minuten eine Kürbisbrühe kochen. Kürbisbrühe durch ein Sieb geben. Den Kürbis vierteln. Ein Viertel vom Kürbis in sehr feine Scheiben hobeln. Aus einem zweiten Viertel ca. 8 fingerdicke Stifte schneiden. Die restlichen Viertel und übrigen Kürbisreste grob würfeln. 2 Zwiebeln schälen und ebenfalls würfeln. 1 EL Öl erhitzen. Die Hälfte der Zwiebelwürfel darin braten. Kürbiswürfel zugeben und anbraten. 2/3 Kürbisbrühe zugeben und alles weich kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Restliche Zwiebel in 1 EL Öl andünsten. Kürbisstifte und restliche Brühe zugeben und weich kochen. Limettensaft, Salz und 4 EL Sonnenblumenöl verrühren. Die Marinade über die Kürbisscheiben geben und alles ca. 20 Minuten marinieren. Rosmarinnadeln von den übrigen beiden Stielen zupfen. Die Nadeln fein hacken. Dritte Zwiebel schälen und fein würfeln. 1 EL Öl erhitzen, Zwiebeln darin andünsten. Rosmarin zugeben und kurz mit garen. Mit Salz, Zucker und Paprikapulver würzen, Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Beiseite stellen. Bergkäse in kleine Würfel schneiden. Sahne steif schlagen. Die weichgekochten groben Kürbiswürfel pürieren. Das Kürbispüree mit Käse und Rosmarinzwiebeln mischen. Sahne unterrühren. Brötchen fein reiben. Die Bröselmasse halbieren. Die Hälfte unter 1/4 Kürbispüree mischen und abschmecken. Diese Mischung zu murmelgroßen Kugeln formen und abschmecken. Die Kugeln zunächst in Mehl, dann in verquirltem Ei und zuletzt in den Brotbröseln wenden. Kürbiskugeln im heißen Fett ca. 2-3 Minuten goldgelb frittieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Lauch putzen, waschen, halbieren und in Rauten schneiden. Die Rauten in Salzwasser blanchieren. Herausnehmen, abtropfen lassen und unter die marinierten Kürbisscheiben mischen. Abschmecken. Kürbisstifte abschmecken. Stifte mit mariniertem Kürbis, Kürbispüree und Kugeln anrichten. Kürbiskerne darüber streuen. Kürbiskernöl darüber träufeln.

Jacqueline Amirfallah am 09. Oktober 2013

Variationen von der Salatgurke

Für 4 Personen

3 Salatgurken	1 Bund Minze	1 Bund Dill
2 Bio -Zitronen	500 g griechischer Joghurt	Salz
500 ml Gemüsebrühe	1 Zwiebel	6 EL Butterschmalz
3 EL Olivenöl	1 Ei	200 g Mehl
Pfeffer		

Gurken waschen und trockenreiben. Kräuter abspülen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. 1 Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Eine Gurke grob würfeln und mit Joghurt und der Hälfte der Kräuter pürieren. Mit Salz und Zitrone abschmecken. Eine Hälfte der Masse in einen Eiswürfelbehälter füllen und einfrieren. Den Rest mit ca. 500 ml Gemüsebrühe verrühren, abschmecken und kalt stellen. Von der zweiten Gurke mit einem Sparschäler oder Gemüsehobel längs einige Streifen abschneiden. Den Rest der Gurke in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. 1 EL Butterschmalz erhitzen. Die Zwiebel darin andünsten. Die Hälfte der Gurkenwürfel zugeben und ca. 2 Minuten mit braten. Übrige Zitrone abspülen und trockenreiben. Die Schale dünn abreiben. Zitrone halbieren und auspressen. Die restlichen Gurkenwürfel mit etwas Zitronenabrieb, Zitronensaft, Salz und Olivenöl mischen und ziehen lassen. Übrige Kräuter hacken. Die dritte Gurke grob raspeln, mit Ei und Kräutern mischen. Etwa 200 g Mehl untermischen und alles zu einem zähflüssigen Teig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Restliches Butterschmalz portionsweise erhitzen und aus dem Gurkenteig ca. 16 Küchlein braten (ca. 4-5 cm Durchmesser) Auf die Gurkenstreifen etwas Gurkensalat geben und aufrollen. Mit einem Holzspieß fest stecken. Die Suppe in Schälchen füllen und die Eiswürfel hinein geben. Auf separaten Tellern, die Gurkenspieße, gebratene Gurkenwürfel, den übrigen Salat und die Gurkenküchlein anrichten. Zusammen mit der Suppe servieren. Dazu passt Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah am 18. September 2013

Variationen von Pfannkuchen-Wraps

Für 4 Personen

250 g Mehl	2 Eier	Salz
350 ml Milch	Zucker	2 Zweige Minze
1/2 Bund Schnittlauch	2 Zweige Salbei	150 g Bergkäse
100 g Chorizo	ca. 60 g Butterschmalz	60 g Parma-Schinken, dünn
1/2 Salatgurke	1 Bund Radieschen	1 Bund Zwiebellauch
1 Zitrone	2 EL Olivenöl	200 g frische Erdbeeren
300 g Frischkäse	100 g Sauerrahm	

Mehl, Eier, eine Prise Salz und etwas Milch in eine Schüssel geben und zu einem dicken, glatten Teig verrühren. Dann nach und nach die restliche Milch unterrühren, zu einem dickflüssigen Teig. Ungefähr 1/4 des Teiges abnehmen und diesen mit 1 EL Zucker süßen. Minze abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und unter den süßen Teig mischen. Schnittlauch und Salbei abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. 50 g Käse fein reiben. 50 g Chorizo in kleine feine Würfelchen schneiden. Den ungesüßten Pfannkuchenteig in 3 Teile aufteilen und je einen Teil mit den Kräutern, mit dem Käse und Chorizo mischen. Butterschmalz erhitzen und aus den Teigen dünne Pfannkuchen backen. Restlichen Käse, Chorizo und Parma-Schinken in dünne Streifen schneiden. Die Gurke waschen, halbieren, die Kerne austreichen und in feine Streifen schneiden. Radieschen und Zwiebellauch waschen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Gurke, Radieschen und Zwiebellauch in eine Schüssel geben. Von der Zitrone etwas Saft auspressen und das Gemüse damit marinieren. 2 EL Olivenöl untermischen und mit Salz abschmecken. Erdbeeren waschen, putzen und klein schneiden. 100 g Frischkäse mit etwas Zucker und den Erdbeeren gut vermischen, dann auf die süßen Pfannkuchen aufstreichen und zu Wraps aufrollen. Restlichen Frischkäse mit Sauerrahm mischen, mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die herzhaften Pfannkuchen mit der Frischkäsecreme bestreichen und nach Belieben mit Chorizo, Käse, Parma-Schinken und Salat füllen und zu Wraps aufrollen. Die einzelnen Wraps schräg halbieren und anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 19. Juni 2013

Waldorf-Salat mit französischem Sandwich

Für 4 Personen

300 g Sellerie	1-2 Äpfel	2 Stangen Staudensellerie
1-2 EL Zitronensaft	1 Eigelb	1/2 TL Senf
Salz	100 ml Speiseöl	2 EL Sahne
2 EL Natur-Joghurt	Pfeffer, Zucker	8 Scheiben Kastenweißbrot
3 EL Butter	4 Scheiben Kochschinken	4 Scheiben Bergkäse
2 EL Walnusskerne		

Sellerie und Apfel schälen, in sehr dünne Streifen schneiden. Staudensellerie putzen und fein schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Eigelb mit Senf und einer Prise Salz vermischen. Langsam das Öl zugeben und gut mit dem Schneebesen unterrühren und zu einer Mayonnaise rühren. Mit Sahne und Joghurt vermengen und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker kräftig abschmecken. Mit Knollensellerie, Apfel und Staudensellerie vermengen. Ca. 15 Minuten durchziehen lassen. Die Brotscheiben entrinden und von beiden Seiten dünn mit Butter bestreichen. Die Hälfte der Brotscheiben mit je einer Scheibe Schinken und Käse belegen, die übrigen gebutterten Scheiben darauf klappen und fest drücken, vor allem die Ränder. In einer Pfanne die Brote von beiden Seiten goldbraun braten. Vor dem Servieren die Brote einmal diagonal durchschneiden. Den Salat nochmals abschmecken, die Walnusskerne hacken und darüber streuen. Waldorfsalat anrichten und die gebratenen Brote dazu reichen.

Vincent Klink 21. Februar 2013

Warmes Rinder-Carpaccio

Für 4-6 Portionen

2 Schalotten	130 g kalte Butter	125 ml Weißwein
150 ml Geflügelbrühe	2 El Weißweinessig	1 Bund Rauke
4 El Pinienkerne	400 g Rinderfilet 3 mm dick	Salz, Zucker, Pfeffer
1/2 Tl Mehl	40 g gehobelter Parmesan	

Schalotten grob würfeln und in 10 g Butter in einem Topf glasig dünsten. Mit Wein, Brühe und Essig ablöschen, aufkochen und bei starker Hitze auf etwa 100 ml einkochen.

Rauke putzen, waschen und trocken schleudern. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Rinderfiletscheiben zwischen Klarsichtfolie mit einem Plattiereisen oder Stieltopf sehr dünn plattieren.

Die Reduktion durch ein Sieb gießen, wieder in den Topf geben und erneut aufkochen. Mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Mehl unter Rühren einrieseln lassen und erneut aufkochen. Butter nach und nach mit dem Schneebesen einrühren und schmelzen.

Etwas Sauce auf 4-6 Teller geben und das Fleisch darauf verteilen. Mit etwas Zucker bestreuen. Das Fleisch mit einem Gasbrenner kurz abflämmen.

Rauke und Pinienkerne auf dem Fleisch verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan darüber verteilen und mit der restlichen Sauce beträufeln.

Tipp:

Zwei Tomaten mit dem Sparschäler schälen, vierteln und entkernen. In Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Blech im heißen Ofen bei 80 Grad (Umluft 60 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 2 Std. trocknen. Auf dem Carpaccio servieren.

Tim Mälzer am 13. April 2013

Wild-Essenz mit Waldpilze-Crêpe-Röllchen

Für vier Portionen

Für die Essenz:

500 g Hackfleisch vom Wild	200 g Wurzelgemüse	3 Eiweiß
5 Wacholderbeeren	5 Pfefferkörner	3-4 Nelken
2 Zweige Thymian	2 Zweige Majoran	2 Zweige Rosmarin
2 Lorbeerblätter	1,5 l Wildfond	

Für die Crêpe:

50 g Mehl	150 ml Milch	2 Eier
100 g Hackfleisch vom Wild	75 ml eiskalte Sahne	300 g gemischte Waldpilze
2 Schalotten, gewürfelt	30 g Butter	2 Zweige Petersilie
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	Salz, Pfeffer	

Für die Essenz das Wildhackfleisch mit dem klein gewürfelten Gemüse, Eiweiß, Kräutern und Gewürzen in einer Schüssel gründlich vermischen. Die Mischung mit eiskalter Wildbrühe in einen Topf geben und unter vorsichtigem Rühren langsam aufkochen, dann bei milder Hitze etwa eine Stunde ziehen lassen. Dabei nicht mehr rühren. Zum Schluss die Wild-Essenz durch ein Leinentuch in einen anderen Topf gießen, aufkochen lassen und mit Salz abschmecken. Für die Crêpe das Mehl mit Milch, Eiern und Salz in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren. Ein Drittel vom Teig in eine große beschichtete Pfanne mit etwas heißem Butterschmalz gießen und gleichmäßig dünn verteilen. Den Teig anstocken lassen, danach den Crêpe wenden und weitere 30 Sekunden backen. Den restlichen Teig zu weiteren Crêpes verarbeiten. Das Wildfleisch mit Sahne in einem Mixer fein pürieren und kalt stellen. Die Pilze putzen, klein würfeln und mit Schalotten in heißer Butter glasig dünsten. Dann abkühlen lassen. Die Blattpetersilie in feine Streifen schneiden. Die Pilze mit der Wildfleischfarce und der Petersilie vermischen. Die Masse kräftig salzen und pfeffern. Die Crêpes gleichmäßig dünn mit der Pilzmischung bestreichen, aufrollen und straff zuerst in Frischhaltefolien, dann in Alufolie zu einem Bonbon einwickeln. Die Crêpes für circa zwölf Minuten in circa 80 Grad heißem Wasser sanft garen. Zum Garnieren den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Crêpe-Rollen in Stücke schneiden und in tiefe Teller verteilen. Die Essenz darüber gießen und mit feinen Schnittlauchröllchen vollenden.

Johann Lafer am 05. Oktober 2013

Wrap mit Ananas und gekochtem Schinken

Für 2 Portionen

1 Ananas	4 Scheiben gekochter Schinken	1 Kopfsalat
4 große Kopfsalatblätter	2 EL Crème-fraîche	1 EL Ajvar
1 TL Olivenöl	Pfeffer	

Zwei Scheiben von der Ananas schneiden, die Rinde rundherum entfernen und beidseitig mit Olivenöl bestreichen. Eine geriffelte Grillpfanne auf dem Herd erhitzen und die Ananas von beiden Seiten jeweils drei Minuten anbraten. Während dessen einige Blätter vom Kopfsalat entfernen, abbrausen und zum Füllen bereitlegen. Den Kochschinken in feine Streifen schneiden und in eine kleine Schüssel geben. Crème-fraîche und Ajvar in die Schüssel zum Schinken geben, mischen, und mit frischem Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Die gebratene Ananas aus der Pfanne nehmen und in feine, dünne Streifen schneiden, wobei das Mittelstück der Frucht entfernt wird. Einen Esslöffel der Schinken-Mischung in die Mitte eines Salatblattes geben. Darüber einige Stücke der fein geschnittenen Ananas geben und das Salatblatt, inklusive Füllung, wie eine Roulade zusammenwickeln. Die fertigen Wraps auf flachen Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 06. Juni 2013

Wurst-Salat Rucola Style

Für 4 Personen

700 g Fleischwurst (Lyoner)	2 Bund Rucola	10 Kirschtomaten
200 g Mozzarella	4 Bio-Eier	1 Knoblauchzehe
10 EL Balsamicoessig	5 EL süße Chilisauce	1/2 TL Meersalz
Pfeffer	5 EL Olivenöl	

Die Fleischwurst zunächst in Scheiben, dann in dünne Streifen schneiden. Rucola waschen, trockenschwenken und grob schneiden. Tomaten waschen und halbieren. Mozzarella würfeln. Die Eier hart kochen, mit kaltem Wasser abschrecken, pellen und in Achtel schneiden. Für das Dressing den Knoblauch schälen und pressen. Balsamicoessig mit Knoblauch, Chilisauce, Salz und Pfeffer verrühren. Das Öl unter ständigem Rühren zugießen, bis die Sauce leicht sämig ist. Fleischwurst, Rucola, Tomaten und Mozzarella in eine Schüssel geben. Dressing darüber träufeln und alles mischen. Zuletzt vorsichtig die Eier unterheben. Auf Tellern anrichten und nach Wunsch mit Ciabatta servieren.

Christian Henze am 19. Juli 2013

Zander-Filet im Reibekuchen-Mantel

Für 2 Personen

2 Zweige Rosmarin	1 Zwiebel	600 g Kartoffeln
Salz	1 Ei	$\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone
300 g Zanderfilet	3-4 EL Butterschmalz	400 g Blattspinat
1 Schalotte	2 Knoblauchzehen	200 ml Gemüsebrühe
1 EL Butter	Pfeffer	

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Fischfilet in 3 cm große Stücke schneiden, trockentupfen. Fischwürfel mit Salz und etwas Zitronenabrieb würzen. Jedes Fischstück mit der Kartoffelmasse ummanteln. Dazu jeweils auf ein Stück Frischhaltefolie etwas Kartoffelmasse geben, Fisch darauf legen und mit Hilfe der Folie mit Kartoffelmasse ummanteln. Dann Folie vorsichtig entfernen. Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. In einer beschichteten backofengeeigneten Pfanne 2-3 EL Butterschmalz erhitzen und die Fischstücke darin rundherum goldbraun braten, dann im vorgeheizten Ofen noch ca. 10 Minuten fertig garen. In der Zwischenzeit Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Schalotte und Knoblauch schälen und fein hacken. Übrige Kartoffel fein reiben. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz Schalotte und eine gehackte Knoblauchzehe mit geriebener Kartoffel farblos anschwitzen, Gemüsebrühe zugeben und ca. 8 Minuten köcheln lassen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter eine gehackte Knoblauchzehe anschwitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von der Zitrone etwas Saft auspressen. Den Kartoffel-Saucenansatz pürieren und durch ein Sieb passieren, mit Salz und etwas Zitronensaft abschmecken. Den Fisch mit Spinat anrichten, etwas Sauce angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 13. November 2013

Ziegen-Frischkäse im Zucchini-Mantel auf Tomaten-Confit

Für 4 Personen

Für den Ziegenfrischkäse:

2 mittelgroße Zucchini 1 EL Olivenöl Meersalz, Pfeffer
1 Rolle Ziegenfrischkäse 1 Bund Schnittlauch

Für Tomatenconfit:

125 ml Apfelsaft 125 ml Balsamessig 4 Fleischtomaten
4 Schalotten 1 Knoblauchzehe 1 EL Olivenöl
12 schwarze Oliven

Zucchini abspülen und trocken tupfen. Aus den Zucchini längs etwa 16 ca. 2 mm dünne Scheiben (mit der Aufschnittmaschine oder Gurkenhobel) schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Zucchini darin kurz andünsten, ohne dass sie Farbe annehmen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ziegenkäse in 8 etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Aus den Scheiben (z. B. mit zwei Messerrücken) vorsichtig Quadrate formen. Jeweils zwei Zucchinischeiben kreuzweise auf eine Arbeitsfläche legen, die Käsequadrate darauf setzen und mit den Zucchinischeiben einschlagen, so dass insgesamt 8 kleine Päckchen entstehen. Schnittlauch kurz in heißes Wasser tauchen. Danach in Eiswasser geben. Schnittlauch abtropfen lassen. Zucchinipäckchen mit je 1-2 Schnittlauchhalmen verschnüren. Für die Sauce Apfelsaft und Balsamessig in einen Topf geben und ca. 15 Minuten cremig einkochen lassen. Für das Tomatenconfit die Tomaten am Blütenansatz kreuzweise einritzen. Tomaten etwa 1 Minuten in kochendem Wasser blanchieren, Herausnehmen und in Eiswasser tauchen. Tomaten herausnehmen, abtropfen lassen. Tomaten häuten, vierteln und die Kerne entfernen. Tomaten in gleichmäßig große Würfel schneiden. Die Schalotten und Knoblauchzehe schälen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Schalotten und den Knoblauch dünsten. Tomatenwürfel zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 2 Minuten schmoren. Oliven unter die Balsamessigsauce geben und kurz erhitzen. Backofen auf ca. 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Tomatenconfit in tiefen Tellern anrichten und die Päckchen darauf setzen. Kurz in den Ofen geben, bis sich die Käsepäckchen etwas erwärmt haben. Anschließend herausnehmen, mit dem Essigsirup streifenförmig überziehen und servieren.

Frank Buchholz am 21. Juni 2013

Zitrusfrüchte-Salat mit gebratenen Garnelen

Für 4 Personen

2 Limonen	2 Pomelos	2 Grapefruits
3 Orangen	5 Zweige Basilikum	50 g Zucker
Salz	2 EL Sonnenblumenöl	100 g Frisée-Salat
2 EL Sherry-Essig	1 TL Senf	Pfeffer
6 EL Olivenöl	8 Garnelen mit Kopf, Schale	2 Zweige frischer Koriander

Die Zitrusfrüchte mit einem Messer schälen (sodass die weiße Haut komplett entfernt wird) und filetieren, dabei den Saft auffangen. Die Früchte und den Saft in eine Schüssel geben. Basilikum in Streifen schneiden. Zucker, eine Prise Salz, Sonnenblumenöl und Basilikum unter die Früchte mischen und etwas ziehen lassen. Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Für das Dressing Essig, Senf, eine Prise Salz und Pfeffer, 3 EL Olivenöl gut vermischen. Garnelen schälen, das Schwanzsegment dran lassen. Garnelen unter kaltem Wasser waschen, mit einem Messer am Rücken entlang schneiden und den Darm entfernen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die mit Salz und Pfeffer gewürzten Garnelen auf beiden Seiten ca. 2 Minuten gleichmäßig anbraten. Friséesalat mit dem Dressing anmachen. Die marinierten Zitrusfrüchte und den Salat in der Mitte anrichten und die Garnelen darum arrangieren. Mit Korianderblättchen anrichten.

Karlheinz Hauser am 16. Dezember 2013

Index

- Artischocke, 5
Aubergine, 1, 2
Austern, 16, 18, 31
- Blätterteig, 37
Blumenkohl, 68
Bohnen, 1, 43, 44, 58
Brot, 12, 13, 17, 18, 32, 38, 42, 47, 52, 55, 66, 76, 82, 88
Bruschetta, 2
Bulgur, 76
- Carpaccio, 8, 40, 41, 64, 88
Chicoree, 1, 29, 35
Couscous, 76
- Erbsen, 5, 14, 60, 76
- Feld-Salat, 20, 42, 50, 75, 80
Fenchel, 81
Fisch, 28, 35, 42, 53, 58, 78, 80
Fisch-Filet, 9, 15, 19, 20, 26, 34, 40–42, 49, 59, 64, 91
Fleisch, 3, 8, 22, 32, 52, 55, 58, 62, 76, 77, 89, 90, 92
Fleisch-Filet, 8, 13, 43, 44, 78, 88
Forellen, 48, 65, 79, 80
Frühlingsrolle, 16, 26, 46, 70, 72
- Garnelen, 42, 50, 54, 60, 93
Geflügel, 1, 9, 13, 16, 23–26, 45, 46, 50, 52, 57, 64, 66, 68, 70, 88
Gurke, 1, 11, 14, 17, 39, 55, 62, 74, 77, 86, 87
- Jakobsmuscheln, 35, 73
- Käse, 1, 2, 4, 8, 12, 15, 17, 19–22, 27, 28, 30, 31, 37, 47, 52, 56, 57, 60, 61, 63, 65, 70, 74, 80, 85, 87, 88, 90, 92
Kürbis, 22–24, 85
Kabeljau, 82
Kartoffeln, 3, 9, 20, 21, 23, 25, 35, 36, 38, 59, 61, 68, 73, 91
- Kohlrabi, 69
Kuchen, 37, 59, 87, 91
- Lachs, 42, 53, 58
Lauch, 3, 16, 42, 43, 45, 66, 73, 77, 85
Linsen, 45
- Möhren, 15, 16, 30, 45, 46, 52, 54, 77, 83
Mangold, 47
Maronen, 49
Meeresfrüchte, 6, 16, 28, 40, 51, 82
- Nudel-Salat, 51
Nudeln, 51
- Obst, 10, 11, 13, 15, 16, 22, 24, 29, 32–34, 37, 40, 43, 46, 48–50, 55, 63, 64, 66, 71, 73, 75, 83, 84, 90, 92, 93
- Pak-Choi, 6
Paprika, 7, 11, 16, 17, 21, 23, 39, 55
Pilze, 1, 4, 18, 23, 45, 54, 56, 66, 67, 78, 89
- Rösti, 73
Rüben, 19
Radicchio, 10
Radieschen, 11, 18, 39, 43, 58, 80, 87
Reis, 28
Rettich, 59
Rosenkohl, 63
Rote-Bete, 24, 50, 64, 65
Rotkraut, 66
Rucola, 2, 12, 16, 24, 27, 43, 59, 67, 90
- Sauerampfer, 81
Schinken, 12, 32, 46, 55, 66, 67, 74, 75, 87, 88, 90
Schoten, 19, 34, 48, 60
Schwarzwurzeln, 70
Sellerie, 15, 17, 23, 26, 45, 54, 88
Spargel, 8, 16, 27, 51, 56, 58, 71–73
Speck, 27, 32, 37, 38, 43, 62
Spinat, 7, 74, 78, 91
Steckrübe, 75

Suppe, 79

Tatar, 13, 20, 40, 53, 58, 78

Toast, 38, 42, 82

Topinambur, 82

Weißkohl, 16

Wild, 72, 73, 89

Wurst, 33, 58, 90

Zucchini, 9, 22, 23, 41, 92