

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Alfons Schuhbeck

2008-2010

101 Rezepte

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

Inhalt

Beilagen	1
Apfel-Rahm-Sauerkraut	2
Bohnen-Tomaten-Gemüse	2
Kartoffel-Linsen-Gemüse	3
Dessert	5
Apfel-Birnen-Scheiterhaufen auf Kardamom-Sahne	6
Apfel-Datschi mit Rum-Sahne	7
Erdbeeren mit Vanille-Creme und Amarettini	7
Gefüllte Strudel-Blätter, Vanille-Äpfeln, Rum-Rosinen-Eis	8
Gewürz-Schokoladen-Brunnen mit Rosen-Blüten-Zimt-Waffeln	10
Himbeer-Lasagne mit Marajuca-Creme und Litschi-Sorbet	11
Kardamom-Kaffee-Crème, Mango und Granatapfel-Kernen	12
Kirsch-Strudel mit Schokoladen-Eis und Chili	13
Kleine Apfel-Birnen-Strudel mit Rum-Sahne	14
Mascarpone-Creme mit Spekulatius und Birnen-Spalten	15
Melonen-Suppe mit Zimt-Blätterteig und Frucht-Spießen	16
Pfannkuchen mit Nougat-Creme und Florentiner-Eis	17
Rosen-Safran-Creme mit Mandel-Soße und Chili-Äpfeln	19
Sauer-Rahm-Creme, Champagner-Holunder-Blüten-Suppe	20
Schwarzes Schokoladen-Mousse mit Chili-Vanille-Salz	21
Vanille-Crêpe mit Portwein-Feigen	22

Fisch	23
Alpen-Lachs auf Kresse-Soße mit Vanille-Mais	24
Gebratener Lachs-Zander-Strudel mit Senf-Dill-Honig-Soße	25
Gerollte Renke mit Liebstöckl auf Kartoffel-Linsen-Gemüse	26
Krosser Zander auf Fenchel-Karotten-Birnen-Gemüse	27
Lachs-Filet auf Kopfsalat-Erbesen-Soße, Kartoffel-Würfel	28
Lachs-Filet mit Avokado-Spalten und Joghurt-Limetten-Dip	28
Lachs-Forelle auf Kräuter-Spinat mit Spargel	29
Marinierter Lachs mit gebratenen Avocados	30
Seeteufel auf Tintenfisch-Soße mit Calamaretti	31
Seeteufel mit Kümmel gebraten in Safran-Gewürz-Sud	32
Seezungen-Filet auf Safran-Soße mit Tomaten und Fenchel	33
Verschiedene Meeresfische auf Fenchel-Soße	34
Weihnachtliche Bouillabaisse	35
Wolfsbarsch auf mediterranem Gemüse	36
Wolfsbarsch auf Tomaten-Scheiben mit Buttermilch-Schaum	37
Wolfsbarsch mit Dill-Bohnen und Kartoffel-Paprika-Soße	38
Geflügel	39
Hähnchen-Nuggets, Gewürz-Ketchup, Pfeffer-Kartoffeln	40
Hühnchen-Brust in einer Parmesan-Harissa-Hülle	41
Perlhuhn-Brust mit zweierlei Kürbis und Feld-Salat	42
Picatta von Enten-Brust	43
Pistazien-Risotto mit Hähnchen-Brust	44
Rosa gebratene Enten-Brust auf Kürbis-Curry-Soße	45
Rosa gebratene Enten-Brust mit Balsamico-Erdbeer-Soße	46
Hack	47
Chili-Fleisch-Pflanzerl mit Kartoffel-Ingwer-Salat	48
Kalbsfleisch-Pflanzerl mit gebratenen Kopfsalat-Herzen	49
Kalb	51
Gebratener Steinpilz-Semmel-Strudel mit Kopfsalat	52
Kalb-Bries-Strudel auf Feld-Salat	53
Kalb-Filet mit Bohnen-Tomaten-Gemüse und Couscous-Salat	54

Lamm	55
Dreierlei Bohnen al Pesto mit gegrillten Lamm-Koteletts	56
Gam-Rücken im Bauernbrot gebraten, Spargel-Morchel-Gemüse . . .	57
Lamm-Rücken auf Dill-Bohnen, gebratene Kartoffel-Würfel	58
Lamm-Rücken mit Couscous-Peperoni	59
Springbock-Rücken mit Couscous und Dattel-Butter-Soße	60
Meer	61
Gebratene Jakobsmuscheln, Vanille-Spinat, Rotwein-Butter	62
Gebratene Tigerprawns auf Mangold-Bärlauch-Spinat	63
Spaghetti mit Venusmuscheln	64
Rind	65
Geschmorte Rinder-Schulter und Meerrettich-Wirsing	66
Rinder-Filet im Strudel-Teig mit Thai-Basilikum-Farce	68
Zwiebel-Rostbraten mit Gemüse-Gröstel	69
Salat	71
Fisch-Pflanzerl auf Mango-Avocado-Radieserl-Salat	72
Kartoffel-Ingwer-Salat	73
Rote-Bete-Carpaccio mit Meerrettich-Rahm	74
Schwein	75
Geblätterttes Schweine-Filet auf Peperoni-Grünkohl-Salat	76
Gewürz-Krustenbraten mit Apfel-Rahm-Sauerkraut	77
Schweine-Filet mit Arganöl, Apfel-Rahm-Spitzkraut	78
Soßen	79
Balsamico-Erdbeer-Soße	80
Braune Butter-Soße	80
Dattel-Butter-Soße	80
Fenchel-Soße	81
Kartoffel-Paprika-Soße	81
Kresse-Soße	82

Kürbis-Curry-Soße	82
Kürbis-Soße	82
Orangen-Soße	83
Reh-Soße	83
Röstzwiebel-Soße	83
Rotwein-Wild-Soße	84
Safran-Soße	84
Tintenfisch-Soße	85
Tomaten-Soße	85
Wild-Soße	85
Suppen	87
Abgeschmolzene Brot-Suppe mit gerösteten Zwiebeln, Speck	88
Fenchel-Curry-Suppe mit Bratwürsteln	89
Fisch-Suppe	89
Geeiste Curry-Suppe mit Hähnchen-Spieß auf Zitronengras	90
Kohlrabi-Suppe mit gebratenen Pfifferlingen	90
Kürbis-Paprika-Suppe mit Knoblauch-Croutons	91
Kürbis-Suppe mit gebratenen Jakobsmuscheln	92
Münchner Graupen-Suppe mit gepökelter Kalb-Zunge	93
Sellerie-Suppe mit Bratwürstel	94
Spargel-Suppe	95
Weißer Bohnen-Suppe mit Räucher-Aal und Croutons	95
Vegetarisch	97
Almkäse im Brot gebacken	98
Grünes Curry mit Minze und Bockshorn-Klee	99
Vorspeisen	101
Gebratene Garnelen auf Mangold-Bärlauch-Spinat	102
Wild	103
Kaninchen-Filet an Wacholder-Rahm-Steinpilz-Knöpfli	104
Pizza Orlando di Lasso mit Kaninchen-Rücken	105
Reh-Gröstl mit Eiszapfen	106
Reh-Rücken mit orientalischen Gewürzen	108
Reh-Schnitzel in Wacholder-Rahm-Soße mit Sellerie-Püree	109

Wurst-Schinken	111
Fingerfood auf Salatbett	112
Himmel-und-Erde 2010 mit Blutwurst	113
Index	115

Beilagen

Apfel-Rahm-Sauerkraut

Für 4 Personen

1 Zwiebel, groß	1 EL Öl	800 g Sauerkraut
100 ml Weißwein	400 ml Gemüsebrühe	1 Pfefferkörner, schwarz
2 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt	50 g Sahne
4 EL Apfelmus	3 EL Butter	Curry, Cayennepfeffer
Zucker, Salz		

Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf im Öl bei milder Hitze die Zwiebeln glasig anschwitzen. Das Sauerkraut dazu geben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und fast völlig einreduzieren lassen. Mit Brühe aufgießen und etwa 45 Minuten bei milder Hitze schmoren. Pfeffer, leicht angedrückte Wacholderbeeren und Lorbeerblatt in einen Einwegbeutel füllen. Nach 30 Minuten Apfelmus und die Gewürze im Teebeutel dazu geben. Nach Garzeitende die Gewürze entfernen, Butter und die Sahne zugeben. Mit einer Prise Cayennepfeffer, Curry, Zucker und gegebenenfalls Salz abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 27. November 2009

Bohnen-Tomaten-Gemüse

Für 4 Personen

300 g Bohnen, breit	4 Tomaten	150 ml Gemüsebrühe
1 Msp. Orangenabrieb	1 Msp. Zitronenabrieb	1 EL Butter, braun
1 Prise Bohnenkraut	Salz, Chili	

Die Tomaten über Kreuz einschneiden und in kochendem Wasser etwa 30 Sekunden blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Die Haut abziehen, vierteln und die Kerne raus schneiden. Die Tomatenzungen in grobe Würfel schneiden. Bohnen schräg in ein bis zwei Zentimeter dicke Stücke schneiden und in Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Bohnen mit der Brühe in einer Pfanne erwärmen, Bohnenkraut, Orangen- und Zitronenabrieb mit den Tomatenwürfeln zugeben und mit Salz und Chili würzen. Zum Schluss die braune Butter zugeben.

Alfons Schuhbeck am 22. August 2008

Kartoffel-Linsen-Gemüse

Für 4 Personen

150 g Champagnerlinsen	0,8 l Gemüsebrühe	60 g Karotte
60 g Zwiebeln	60 g Kartoffeln	60 g Knollensellerie
2 Stück Haut von Räucherforellen	1 TL Puderzucker	2 Scheiben Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	1 Splitter Zimtrinde	1 Orange, unbehandelt
1 – 2 Lauchzwiebeln	Balsamico, Chili	
Salz, Majoran		

Einen Streifen Schale der Orange herausschneiden. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie putzen und schälen. Die Linsen mindestens zwei Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen. In Salzwasser weich kochen, auf einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie in kleine Würfel schneiden und in der Brühe knapp unter dem Siedepunkt fünf Minuten ziehen lassen. Die Räucherforellenhaut dazu geben, mit einer Prise Majoran würzen und in weiteren fünf Minuten fertig garen. am Ende der Garzeit Knoblauch, Ingwer, einen Zimtsplitter und die Orangenschale darin einlegen. Mit Balsamico, Salz, Puderzucker und Chili abschmecken. Die ganzen Gewürze und die Forellenhaut anschließend daraus entfernen und die Linsen hinein geben. Die Lauchzwiebel putzen, in dünne Ringe schneiden und ebenfalls hinzufügen.

Alfons Schuhbeck am 19. Juni 2009

Dessert

Apfel-Birnen-Scheiterhaufen auf Kardamom-Sahne

Für 4 Personen

Scheiterhaufen:

2 EL Rosinen	1 – 2 EL Rum	1 Apfel
1 Birne	1 – 2 EL Zucker	0,25 TL Apfelkuchen-Gewürz
1 EL Butter	2 – 3 EL Apfelsaft	2 – 3 Milchbrötchen
2 EL Mandelblättchen, geröstet	Puderzucker zum Bestäuben	Butter

Eiermilch:

6 Eier	120 g Milch	120 g Sahne
20 g Zucker	1 EL Rum	0,5 Vanilleschote

Anrichten:

2 Äpfel, z. B. Elstar	2 EL Puderzucker	1 EL Butter
150 ml Himbeersoße	100 g Schlagsahne	Kardamom

Scheiterhaufen:

Die Rosinen mit dem Rum in einem Schälchen mischen. Den Apfel und die Birne schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Das Fruchtfleisch in drei bis vier Millimeter große Würfel schneiden. Die Butter bei milder Temperatur in einer Pfanne erhitzen und die Apfel- und Birnenwürfel darin bei milder Hitze mit dem Zucker, dem Apfelkuchen-Gewürz und dem Apfelsaft zwei Minuten braten. Die Milchbrötchen in fünf Millimeter dicke Würfel schneiden und mit den Apfel- und Birnenwürfel, Mandelblättchen und Rosinen vermischen. Den Backofen auf 190 Grad vorheizen.

Eiermilch:

Ein Ei mit fünf Eigelb, Milch, Sahne, Zucker, Rum und ausgekratztem Mark der Vanilleschote verquirlen. Vier ofenfeste Portionsauflaufförmchen von je circa 200 Millimeter Inhalt mit Butter einpinseln. Die Brötchenmischung dreiviertel hoch hinein füllen und die Eiermilch darüber verteilen. Den Scheiterhaufen im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten backen. Danach herausnehmen und mit Puderzucker bestäuben.

Anrichten:

Die Äpfel vierteln, das Kernhaus entfernen und in dünne Spalten schneiden. Einen Esslöffel Puderzucker in einer Pfanne bei milder Hitze schmelzen lassen. Die Apfelspalten darin auf beiden Seiten anbraten und die Butter einschmelzen lassen. Die Sahne mit restlichem Puderzucker und Kardamom aus der Mühle abschmecken. Die Scheiterhaufen aus den Formen stürzen und mit Apfelspalten, Himbeersoße und Kardamomsahne auf Tellern anrichten.

Alfons Schuhbeck am 12. März 2010

Apfel-Datschi mit Rum-Sahne

Für 2 Personen

100 g Blätterteig, 2 mm dick	4 Äpfel, süß-säuerlich	0,5 Bund Minze
30 g Marzipan	1 TL Haselnüsse, gemahlen	1 EL Puderzucker
3 EL Aprikosenkonfitüre	1 TL Butter, weich	1 Ei
100 ml Schlagsahne	fertiges Himbeermark	2 TL Rum
1 EL Zimtzucker		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Ei trennen und das Eiweiß mit dem Marzipan, der weichen Butter, den Haselnüssen und einem Esslöffel Rum zu einem glatten Teig verrühren. Aus dem Blätterteig vier Kreise von je neun Zentimeter Durchmesser ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Die ausgestochenen Tarteböden dünn mit der Marzipancreme bestreichen und dabei einen kleinen Rand von ca. einem Zentimeter lassen. Die Äpfel schälen, entkernen, in Spalten schneiden und die Tarteböden damit dicht belegen. Ebenfalls darauf achten, dass ein kleiner Rand frei bleibt. Das Ganze mit reichlich Zimtzucker bestreuen. Auf der mittleren Einschubleiste des Backofens etwa 15-20 Minuten backen, bis der Boden auf der Unterseite goldbraun knusprig ist. Die Sahne mit dem Puderzucker zu einer sämigen Soße schlagen und mit dem restlichen Rum abschmecken. Die Aprikosenkonfitüre mit ein bis zwei Esslöffeln Wasser verdünnen, in einem kleinen Topf erhitzen und glatt mixen. Die frisch gebackenen Apfeldatschis damit bestreichen. Die Rumsahne auf Desserttellern verteilen, Punkte vom Himbeermark hineinsetzen und mit dem dicken Ende eines Schaschlikspießes durchziehen. Ein paar Blätter von der Minze zupfen. Die warmen Apfeldatschis auf den vorbereiteten Tellern mit der Rumsahne und dem Himbeermark anrichten und mit der Minze garnieren.

Alfons Schuhbeck am 03. September 2010

Erdbeeren mit Vanille-Creme und Amarettini

Für 2 Personen

200 g Erdbeeren	1 Orange	100 g Amarettini
2 EL Pistazien, ungesalzen	1 EL Puderzucker	200 g Schlagsahne
1 EL Vanillezucker	125 g Magerquark	0,5 Bund Minze

Die Erdbeeren putzen, vom Grün befreien, einige für die Garnitur beiseite legen und die übrigen klein schneiden. Den Saft der Orange auspressen und einige Zesten reißen. Anschließend die Erdbeeren mit dem Puderzucker, dem Orangensaft und den Orangenzesten marinieren. Die Sahne mit dem Vanillezucker steif schlagen und mit dem Quark vermengen. Die Amarettini grob zerstoßen. Die Pistazien grob klein hacken. Die Minzeblätter abzupfen. Die Vanillecreme abwechselnd mit den Erdbeeren und den Amarettinis in ein Dessertglas schichten und mit den übrigen Erdbeeren, den Pistazien und der Minze garnieren.

Alfons Schuhbeck am 21. Mai 2010

Gefüllte Strudel-Blätter, Vanille-Äpfeln, Rum-Rosinen-Eis

Für 4 Personen

Eis:

2 Vanilleschoten	500 ml Milch	500 g Sahne
180 g Zucker	10 Eier	80 g Rosinen

Salz

Strudelblätter:

1 Blatt Strudelteig	Butter	Puderzucker
---------------------	--------	-------------

Vanilleäpfel:

2 Äpfel	1 EL Puderzucker	0,5 Vanilleschote
1 Splitter Zimtrinde	0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt
5 EL Apfelsaft	1 EL Calvados	1 EL Butter

Zucker

Vanilleschaum:

100 g Sahne	1 TL Puderzucker	1 Msp. Vanillemark
1 EL Amaretto		

Eis:

Die Vanilleschoten längs halbieren, das Mark auskratzen. Milch, Sahne, die Hälfte des Zuckers, das Vanillemark und die Schoten in einen Topf geben und aufkochen lassen. Währenddessen einen kleinen Topf drei Zentimeter hoch mit Wasser befüllen und aufkochen lassen.

Sechs Eigelb, vier Eier und den übrigen Zucker mit einer Prise Salz in einem Schlagkessel mit einem Schneebesen hell-schaumig aufschlagen. Die kochende Vanillemilch unter Rühren nach und nach hinzufügen und den Schlagkessel auf den kleinen Topf über den aufsteigenden Wasserdampf stellen. Mit einem Gummischaber die Eiermilch nun beständig aber ruhig von der Kesselwand weg rühren. Dabei auf 75 bis maximal 80 Grad erhitzen und sofort durch ein Sieb gießen. So bleiben die Vanilleschoten zurück und die Soße kühlt gleichzeitig etwas ab. Die Masse auskühlen lassen, die Rumrosinen hinein rühren und in einer Sorbetiere zu einem cremigen Eis frieren.

In einen vorgefrosten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Gebrauch in den Froster stellen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Strudelblätter:

Aus dem Teig runde Blätter von sieben bis acht Zentimeter ausstechen und auf ein gefettetes Backblech oder Backpapier legen. Mit der flüssigen Butter bestreichen und dünn mit Puderzucker bestreuen. In etwa acht bis zehn Minuten auf der mittleren Einschubleiste goldbraun backen und abkühlen lassen.

Vanilleäpfel:

Jeweils einen Streifen Schale aus der Zitrone und der Orange herausschneiden. Die Äpfel schälen, vierteln, das Kernhaus entfernen und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. Den Puderzucker in einer Pfanne bei milder Hitze goldbraun karamellisieren, die Apfelwürfel darin mit Vanille, Zimt, Zitronen- und Orangenschale anschwitzen. Mit Apfelsaft ablöschen, einköcheln lassen. Calvados und Butter dazugeben und etwas nachzuckern. Auskühlen lassen.

Vanilleschaum:

Die Sahne mit Vanille und Puderzucker zu einer sämigen Soße aufschlagen und mit Amaretto verfeinern.

Fertigstellung:

Auf einen Dessertteller ein Strudelblatt legen, ein Achtel der Vanilleäpfel darauf verteilen und

ein Achtel der Sahne darauf streichen und verteilen. Mit einem Strudelblatt belegen und eine weitere Schicht aufsetzen. Mit Vanillesahne und Himbeermark seitlich von den Strudelblättern abwechselnd Punkte zu einem Halbkreis aufsetzen und mit dem dicken Ende eines Schaschlikspießes durch die Mitte ziehen, so dass viele kleine Herzen entstehen. Mit einem in heißes Wasser getauchten Löffel aus dem Eis Kugeln ausstechen und daneben setzen.

Alfons Schuhbeck am 26. Juni 2009

Gewürz-Schokoladen-Brunnen mit Rosen-Blüten-Zimt-Waffeln

Für 4 Personen

Rosenblüten-Zimtwafln:

60 g Mehl	60 g Puderzucker	60 g Butter, flüssig
2 Eier	1 TL Rosenblüten, getrocknet	Apfelkuchen-Gewürz
Salz	Öl	

Kaffee-Eis:

1 l Schlagsahne	135 g Zucker	1 Stange Zimt
150 g Kaffeebohnen, geröstet	250 g Milch	12 Eier
1 – 2 cl Kaffeelikör		

Soßenmuster:

1 Becher Sauerrahm	1 EL Puderzucker	100 ml Himbeersoße
Zitronensaft		

Gewürzschokoladenbrunnen:

700 g Zartbitterkuvertüre	70 g Kakaobutter	1 Prise Chiliflocken
0,5 Orange, unbehandelt	1 TL arabisches Kaffeegewürz	5 Tüten Brause, Himbeer
5 Tüten Brause, Orangen	5 Tüten Brause, Zitronen	5 Tüten Brause, Waldmeister
5 Tüten Brause, Cola	Haselnusskrokant	Pistazien, gehackt
Früchte der Saison		

Rosenblüten-Zimtwafln:

Mehl, Puderzucker und flüssige Butter mit dem Eiweiß verrühren. Die Rosenblüten, eine Prise Salz und Apfelkuchen- Gewürz zugeben. Den Hörnchenautomaten mit dem Öl einpinseln, einen Teelöffel Teig darauf geben und den Deckel kurz darauf pressen. Sobald die Waffeln braun sind, in eine entsprechend große Schüssel hinein drücken und somit zum Körbchen formen.

Kaffee-Eis:

Schlagsahne mit 60 Gramm Zucker und einem Viertel der Zimtstange aufkochen, etwas abkühlen lassen und die Kaffeebohnen zugeben. Mindestens einen halben Tag ziehen lassen. Den Sahneansatz mit der Milch aufkochen. In der Zwischenzeit Eigelb mit dem restlichen Zucker hellweiß aufschlagen. Die heiße Milch aufgießen und über dem Wasserbad zur Bindigkeit rühren. Durch ein Sieb passieren und so schnell wie möglich auf Eiswasser abkühlen lassen. Mit Kaffeelikör abschmecken und in der Eismaschine frieren. Das fertige Eis in die Waffelkörbchen füllen.

Soßenmuster:

Sauerrahm mit Puderzucker und etwas Zitronensaft so verrühren, dass die gleiche Konsistenz wie bei der Himbeersoße entsteht. Abwechselnd mit der Himbeersoße nacheinander Punkte auf die Teller machen und mit einem Holzspieß in die Mitte durchziehen. Die Eiskörbchen in die Mitte setzen.

Gewürzschokoladenbrunnen:

Die Kuvertüre mit Kakaobutter auflösen. Die Schale der Orange abreiben. Chiliflocken, Orangenabrieb und das Kaffeegewürz zugeben und den Schokoladenbrunnen damit befüllen. Brause, Haselnusskrokant und gehackte Pistazien in Schüsselchen einfüllen. Früchte der Saison schälen und in mundgerechte Stücke schneiden, mit Holzspießen Fruchtspieße stecken, mit der Schokolade überziehen und wer mag, die Brause zum Dippen nehmen.

Alfons Schuhbeck am 24. Oktober 2008

Himbeer-Lasagne mit Marajuca-Creme und Litschi-Sorbet

Für 4 Personen

Himbeerlasagne:

150 ml Maracujasirup	2 Stück Maracuja	30 g Zucker
0,5 Zitrone	1 Prise Cayennepfeffer	1 – 2 cl Orangenlikör
400 ml Sahne	1 Schale Himbeeren	1 Packung Strudelblätter, TK
Butter, flüssig	Puderzucker	

Litschisorbet:

500 g Litschifruchtmark	650 g Zucker	1200 ml Wasser
3 EL Zitronensaft	50 g Pistazien	4 EL rosa Pfeffer
Zitronenmelisse		

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Himbeerlasagne:

Den Saft der Zitrone auspressen. Das Fruchtmark aus den Maracujafrüchten rauskratzen. Maracujasaft und Maracujafruchtmark mit Zucker und Zitronensaft vermischen. Die Sahne steif schlagen und unter die Fruchtmasse ziehen. Mit Cayennepfeffer und Orangenlikör verfeinern und in eine Schüssel füllen. Die Strudelblätter mit der flüssigen Butter bestreichen und dünn Puderzucker aufstreuen. Mit Hilfe eines Ausstechers (sechs Zentimeter Durchmesser) Kreise ausstechen. Im Backofen auf der mittleren Einschubleiste in etwa fünf Minuten goldbraun backen.

Litschisorbet:

Wasser, Litschifruchtmark und Zucker in einem Topf zum kochen bringen und abkühlen lassen. Zitronensaft zugeben und die Eismasse in der Maschine frieren. Wenn das Eis fast fertig ist, die gehackten Pistazien und rosa Beeren zugeben und kurz mitlaufen lassen. Fruchtcreme in die Mitte der Strudelteigblätter geben, Himbeeren rundherum setzen und ein weiteres Strudelblatt darauf legen. Wiederum mit Crème und Himbeeren füllen und einen Deckel aufsetzen. Mit Litschisorbet, Zitronenmelisse und Himbeeren servieren.

Alfons Schuhbeck am 29. August 2008

Kardamom-Kaffee-Crème, Mango und Granatapfel-Kernen

Für 4 Personen

Kardamom-Kaffee-Crème:

40 g Zucker	3 Blatt Gelatine	50 ml Espresso
2 Eier	300 g Schlagsahne	1 EL Stroh-Rum
arab. Kaffee-Gewürz		

Mangoragout:

200 g Mangomark	1 Mango	0,5 Orange, unbehandelt
1 EL Orangenlikör	1 Granatapfel	1 Zitrone
1 EL Pistazien, gehackt	Chiliflocken, mild	

Kardamom-Kaffee-Crème:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Eigelb mit Espresso, Rum und Zucker in eine Schüssel geben und über einem Topf mit köchelndem Wasser zu einer hellschaumigen, heißen Masse rühren. Mit arabischem Kaffeegewürz abschmecken und die ausgedrückte Gelatine in der heißen Masse auflösen. Die Schüssel in Wasser mit Eiswürfeln unter Rühren abkühlen lassen. Die Sahne cremig schlagen. Ein Drittel der geschlagenen Sahne mit einem Schneebesen hinein rühren, den Rest vorsichtig unterheben. Die Crème in Portionsförmchen oder Ringe füllen und im Kühlschrank etwa zwei Stunden fest werden lassen.

Mangoragout:

Etwa einen halben Teelöffel Schale der Orangen abreiben. Die Mango schälen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Den Granatapfel halbieren und über einer großen Schüssel mit Hilfe einer Schöpfkelle die Kerne heraus klopfen. Mangowürfel und Granatapfelkerne mit Mangopüree mischen und mit Chiliflocken, einigen Tropfen Zitronensaft, Orangenabrieb und Orangenlikör abschmecken. Die Crème aus den Ringen lösen und mit den Früchten auf Tellern anrichten. Mit Pistazien bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 20. November 2009

Kirsch-Strudel mit Schokoladen-Eis und Chili

Für 4 Personen

Füllung:

600 g Sauerkirschen	2 cl Kirschwasser	20 g Semmelbrösel
100 g Mandeln, gemahlen	1 Ei	2 cl Mandellikör
2 cl Orangenlikör	50 g Marzipan	50 g Butter
50 g Puderzucker	1 Zitrone, unbehandelt	1 Orange, unbehandelt
0,5 Vanilleschote	2 EL Zartbitterschokolade	Zimt, Salz

Strudel:

2 Strudelteigblätte	60 g Butter
---------------------	-------------

Pralinensoße:

125 g Zartbitterschokolade	125 g Haselnussnougat	250 g Sahne
2 cl Mandellikör	2 cl Cognac	1 Orange, unbehandelt
Chili		

Den Backofen vorheizen.

Füllung:

Die Kirschen absieben und mit Kirschwasser beträufeln. Die Semmelbrösel mit den Mandeln mischen und auf einem Blech im Backofen nach Sicht etwa zehn Minuten hell rösten. Dazwischen mehrmals durchrühren, damit die Nüsse gleichmäßig bräunen. Anschließend abkühlen lassen. Das Ei trennen. Das Marzipan mit dem Eigelb, Mandellikör und Orangenlikör cremig rühren. Etwas Schale der Zitrone und der Orange abreiben. Die Butter mit dem Puderzucker, jeweils einem halben Teelöffel Zitronen- und Orangenabrieb, Vanillemark, einer Prise Zimt und Salz schaumig schlagen. Das Marzipan mit dem Eiweiß hinzufügen und einige Minuten weiter schlagen. Die Kirschen mit der Marzipanmasse, der Mandel-Mischung und gehackter Zartbitterschokolade vermengen.

Strudel:

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Ein Muffinblech mit etwas flüssiger Butter bestreichen. Den Strudelteig in 15 Zentimeter groß Quadrate schneiden und mit der restlichen flüssigen Butter bestreichen. Die Quadrate in die Muffinbleche legen. Ein bis zwei Esslöffel der Füllung in die Mitte setzen und die Enden übereinander schlagen. Im Backofen etwa 20 Minuten hell backen.

Pralinensoße:

Schokolade und Nougat grob würfeln. Die Sahne erhitzen und mit der Schokolade und den Nougatwürfeln zu einer glatten Soße rühren. Etwa eine Messerspitze der Orangenschale abreiben. Mit Mandellikör, Cognac, Orangenabrieb und Chili abschmecken. Die Pralinensoße auf einen Teller geben und eventuell noch etwas Vanillesoße dazu geben und ein Muster daraus machen. Die Strudelteigtaschen auf die Mitte des Tellers setzen. Etwas Puderzucker darüber streuen.

Alfons Schuhbeck am 06. Juni 2008

Kleine Apfel-Birnen-Strudel mit Rum-Sahne

Für 2 Personen

2 Strudelteigblätter	2 TL Puderzucker	1 Apfel
1 Birne	1 Zitrone	2 EL fein geriebene Mandeln
1 EL Zimt-Zucker-Mischung	2 EL Rumrosinen	1 Mini-Biskuitboden
2 EL Himbeermark	1 Bund Minze	100 g Sahne
2 TL Rum	60 g Butter	Butter
Puderzucker		

Den Backofen auf 210 Grad Umluft vorheizen. Den Apfel und die Birne schälen, das Kernhaus entfernen und in ein Zentimeter große Würfel schneiden. Die Zitrone halbieren und aus einer Hälfte den Saft auspressen. Den Biskuitboden zerbröseln. Den Apfel und die Birne mit den Mandeln, Zimtzucker, den Rumrosinen, dem Zitronensaft und den Biskuitbröseln vermischen. Die Strudelteigblätter auf Küchentücher legen und mit Butter bestreichen. Je die Hälfte der Füllung entlang der kurzen Seite verteilen, zu einem kleinen Strang formen und in den Teig einrollen. Die Teigenden abschneiden, nach unten einklappen und den Strudel mit der Naht nach unten auf ein gebuttertes Blech legen. 60 Gramm Butter in einem Topf flüssig werden lassen. Beide Strudel mit der flüssigen Butter bestreichen und im vorgeheizten Backofen 15 Minuten hellbraun backen. Die Sahne mit dem Puderzucker sämig schlagen und mit dem Rum verfeinern. Die Strudel mit Puderzucker bestäuben, schräg halbieren, auf Desserttellern anrichten und mit der Rumsahne garnieren. Mit Himbeermark und Minze garnieren.

Alfons Schuhbeck am 30. Dezember 2010

Mascarpone-Creme mit Spekulatius und Birnen-Spalten

Für 4 Personen

Mascarponecreme:

0,5 Orange, unbehandelt	2 Eier	40 g Zucker, braun
250 g Mascarpone	4 Spekulatius-Kekse	100 g Sahne
1-2 EL Amaretto		

Birnenspalten:

1 Birne	2 TL Puderzucker	100 ml Orangensaft
0,25 Schote Vanille	1 Scheibe Ingwer	1 Splitter Zimtrinde

Anrichten:

1 Handvoll Marshmallows

Mascarponecreme:

Die Schale der Orange abreiben. Das Eigelb mit braunem Zucker und dem Orangenabrieb auf dem Wasserbad hell-schaumig aufschlagen, vom Herd nehmen und dann die Mascarpone hinein rühren. Die Spekulatius-Kekse zerstoßen, die Sahne halbsteif schlagen, beides unter die Mascarpone-masse heben und mit Amaretto abschmecken.

Birnenspalten:

Die Birne schälen, vierteln, das Kernhaus entfernen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne bei milder Hitze den Puderzucker hell karamellisieren und die Birnenspalten darin anschwitzen. Mit Orangensaft ablöschen, Vanille, Ingwer und Zimt dazu geben und einköcheln lassen.

Anrichten:

Die Crème in Dessertschalen verteilen, die Birnenspalten darauf anrichten und mit den Marshmallows garnieren.

Alfons Schuhbeck am 10. Dezember 2010

Melonen-Suppe mit Zimt-Blätterteig und Frucht-Spießen

Für 4 Personen

Geeiste Melonensuppe:

600 g Melonenfruchtfleisch und Saft	60 g Zucker	80 ml Orangensaft, frisch
60 ml Zitronensaft	2 EL Passionsfruchtsaft	20 g Honig
30 ml Melonenlikör	150 ml Champagner	2 Scheiben Ingwer
1 Vanilleschote	1 Schale Beeren, frisch	

Zimtblätterteig:

1 Pck. Blätterteig, TK	Zucker	Zimt
------------------------	--------	------

Fruchtspieße:

1 Schale Beeren, frisch	Holzspieße	
-------------------------	------------	--

Geeiste Melonensuppe:

Die Melonen in zwei Hälften schneiden. Melonenfruchtfleisch mit einem Löffel aus den Melonen rauskratzen. Melonenfruchtfleisch klein mixen. Die Melonenkerne durch ein Sieb streichen, und den Saft der Kerne dabei auffangen. Melonenfruchtfleisch, Saft der Kerne, Zucker, Orangensaft, Zitronensaft, Passionsfruchtsaft, Honig, Melonenlikör und die frischen Beeren miteinander mixen, bis eine glatte Suppe entsteht. Zum Schluss den Champagner, die Ingwerscheiben und die aufgeschlitzte Vanilleschote hinzufügen. Je nach Süße der Früchte noch etwas Zucker oder Zitronensaft hinzufügen. Das Ganze bis zum Servieren auf Eiswasser kalt stellen. Vor dem Servieren die Ingwerscheiben und die Vanilleschote entfernen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Zimtblätterteig:

Den Blätterteig etwa zwei Millimeter dick ausrollen und in Scheiben schneiden. Mit etwas Zucker und Zimt bestreuen und spiralförmig eindrehen. Im vorgeheizten Backofen etwa 15 Minuten backen.

Fruchtspieße:

Die frischen Beeren säubern. Die Hälfte der Beeren auf die Holzspieße stechen. Zum Servieren etwas Eis zerstoßen und auf Teller geben. Die Melonensuppe in die ausgehöhlten Melonenhälften geben und auf die Teller stellen. Dazu die Zimtblätterteigstangen und die Fruchtspieße reichen. Den Teller zusätzlich mit den restlichen frischen Beeren garnieren.

Alfons Schuhbeck am 18. Juli 2008

Pfannkuchen mit Nougat-Creme und Florentiner-Eis

Für 4 Personen

Pfannkuchen:

100 g Mehl	1 Prise Salz	1 EL Vanillezucker
3 Eier	300 ml Milch	50 g Butter, flüssig
Orangensaft	Tonkabohne	Orangensaft
Öl		

Nougatcreme:

0,5 Orange, unbehandelt	90 g Zartbitterschokolade	100 g Nougat
2 Blätter Gelatine	1 Ei	1 EL Zucker
300 g Schlagsahne	1 Stange Zimt	

Florentinereis:

1 Vanilleschote	250 ml Milch	250 g Sahne
90 g Zucker	5 Eier	150 – 200 g Florentiner-Salz

Fertigstellung:

1 EL Zucker	200 ml Orangensaft	2 EL Butter, kalt
100 g Schlagsahne	1 TL Vanillezucker	Erdbeeren
Himbeeren	Minze	Himbeersoße

Pfannkuchen:

Das Mehl sieben und mit dem Salz und Vanillezucker in eine Schüssel geben. Etwas Tonkabohne hinein reiben. Mit Milch und Eiern glatt rühren. Zum Schluss die Butter dazu geben. Den Teig am besten 30 Minuten ruhen lassen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, dünn mit Öl oder geklärter Butter und Orangensaft auspinseln und nacheinander die Pfannkuchen goldbraun ausbacken.

Nougatcreme:

Die Schale der Orange abreiben. Die Schokolade mit dem Nougat in einer Schüssel auf dem dampfenden Wasserbad schmelzen lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Ei mit dem Zucker in einem Kessel über dem Wasserbad schaumig schlagen, die aufgelöste Schokoladen-Nougatmischung zugeben und die aufgeweichte Gelatine zugeben. Die Sahne hinein rühren, etwas Orangenabrieb dazu geben und etwas Zimt hinein reiben. Für mindestens eine Stunde im Kühlschrank fest werden lassen.

Florentinereis:

Die Vanilleschote längs halbieren, das Mark auskratzen. Milch, Sahne, die Hälfte des Zuckers, das Vanillemark und die Schote in einen Topf geben und aufkochen lassen. Währenddessen einen kleinen Topf mit drei Zentimeter hoch Wasser befüllen und aufkochen lassen. Drei Eigelb, zwei Eier und den übrigen Zucker mit einer Prise Salz in einem Schlagkessel mit einem Schneebesen hell-schaumig aufschlagen. Die kochende Vanillemilch unter Rühren nach und nach hinzufügen und den Schlagkessel auf den kleinen Topf über den aufsteigenden Wasserdampf stellen. Mit einem Gummischaber die Eiermilch nun beständig aber ruhig von der Kesselwand weg rühren. Dabei auf 75 bis maximal 80 Grad erhitzen und sofort durch ein Sieb gießen, so bleiben die Vanilleschoten zurück und die Soße kühlt gleichzeitig etwas ab. Auskühlen lassen und in einer Eismaschine zu einem cremigen Eis frieren. Die Florentiner in kleine Stücke schneiden und kurz in der Eismaschine mit rühren lassen. In einen vorgefrosten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Gebrauch in den Froster stellen

Fertigstellung:

Den Zucker in einer Pfanne schmelzen lassen und mit Orangensaft ablöschen. Etwas einkochen lassen, dann die Butter langsam einrühren, dabei die Pfanne vom Herd ziehen. Die Sahne mit

dem Vanillezucker cremig aufschlagen. Die Pfannkuchen auf Tellern anrichten, mit der Orangensoße, Vanillesahne und Himbeersoße beträufeln. Mit Hilfe eines Eisportionierers aus dem Pralinenmousse und Florentinereis Kugeln ausstechen und mit den Beeren und der Minze auf den Pfannkuchen anrichten.

Alfons Schuhbeck am 30. Juli 2010

Rosen-Safran-Creme mit Mandel-Soße und Chili-Äpfeln

Für 4 Personen

Kandierte Rosenblätter:

2 Rosen, hellrot aufgeblüht, unbehandelt 2 Eier
2 TL Wasser 6 EL Kristallzucker

Rosen-Safrancreme:

0,5 Orange, unbehandelt 0,5 Zitrone, unbehandelt 60 g Zucker
1 Stück Zimtrinde 400 ml Milch 0,5 Schote Vanille
100 g Milchreis 1 EL Orangenlikör 1 Döschen Safran-Fäden
3,5 Blatt Gelatine 0,5 – 1 TL Rosenwasser 2 Eier
100 g Schlagsahne Salz

Mandelsoße:

100 g Schlagsahne 1 EL Amaretto

Chiliäpfel:

1 Apfel 1 EL Puderzucker 1 EL Butter
1 EL Apfelsaft 1 TL Butter, braun Chiliflocken, mild

Den Backofen auf 50 Grad vorheizen.

Kandierte Rosenblätter:

Von den Rosen die einzelnen Blätter abzupfen. Das Eiweiß mit dem Wasser verquirlen, die Blätter mithilfe eines Pinsels beidseitig damit dünn bestreichen und den Zucker satt auf beide Seiten der Blätter streuen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, in den vorgeheizten Backofen schieben und in etwa drei bis vier Stunden trocknen lassen. Die Hälfte der Blätter grob zerstoßen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Rosen-Safrancreme:

Einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone herausschneiden. Ein Drittel des Zuckers mit etwas frisch geriebenem Zimt vermischen und mit Milch, Salz und dem Vanillemark aufkochen lassen. Den Milchreis hinein rühren, Zitronen- und Orangenschale einlegen und zugedeckt im vorgeheizten Backofen in etwa 30 Minuten ausquellen lassen. Dabei hin und wieder umrühren. Den Orangenlikör erwärmen, die Safran-Fäden hinein rühren und zehn Minuten ziehen lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und im noch heißen Reis auflösen. Den Safran mit den zerstoßenen Rosenblättern und das Rosenwasser hinein rühren und etwas auskühlen lassen. Das Eiweiß mit dem übrigen Zucker zu einem cremigen Schnee schlagen, unter den lauwarmen Reis ziehen und auskühlen lassen. Die Sahne cremig aufschlagen und unter den ausgekühlten Reis heben. In Portionsförmchen füllen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Mandelsoße:

Die Sahne sämig schlagen und mit Amaretto süßen.

Chiliäpfel:

Den Apfel schälen, vierteln, das Kernhaus entfernen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne den Puderzucker hell karamellisieren. Die Apfelspalten hinein legen und darin auf beiden Seiten anbraten. Butter, Apfelsaft und braune Butter hinzufügen und mit einer Prise Chiliflocken bestreuen. Die Crème bis zum oberen Rand in kochend heißes Wasser tauchen, auf Dessertteller stürzen und die Mandelsoße außen herum ziehen. Die Chiliäpfel daneben legen.

Alfons Schuhbeck am 19. November 2010

Sauer-Rahm-Creme, Champagner-Holunder-Blüten-Suppe

Für 4 Personen

Geeiste Holunderblütensuppe:

1 Zitrone	1 Orange	750 ml Champagner
250 g Läuterzucker	500 g Holunderblütensirup	7 – 8 Blatt Gelatine

Sauerrahm-Chilicreme:

380 g Sahne	180 g Sauerrahm	2 – 3 EL Puderzucker
3 Blatt Gelatine	1 TL Orangenlikör	1 Msp. Vanillemark
1 Prise Chiliflocken, mild	0,5 Orange, unbehandelt	1 Stange Zimt
250 g Erdbeeren, klein	1 EL Pistazien	Minzezweige
Veilchen, kandiert		

Geeiste Holunderblütensuppe:

Den Saft der Zitrone und der Orange auspressen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die ausgedrückte Gelatine mit dem Orangensaft auflösen und zusammen mit Prosecco, Läuterzucker und Holunderblütensirup verrühren und mit Zitronensaft abschmecken. Die Suppe in einer Schüssel auf Eiswasser kalt stellen. Wenn die Suppe angezogen ist, eventuell mit noch etwas Prosecco oder Champagner anrühren.

Sauerrahm-Chilicreme:

Die Schale der Orange abreiben. 180 Gramm Sahne mit Sauerrahm und gesiebttem Puderzucker verrühren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Orangenlikör erwärmen, vom Herd nehmen, die Gelatine ausdrücken, mit Vanille, Chiliflocken, einem Teelöffel Orangenabrieb und etwas frisch geriebenen Zimt darin auflösen und zügig in die Sauerrahmmischung rühren. Die restliche Sahne cremig aufschlagen und locker unter die Sauerrahmmischung heben. In die dafür vorgesehene Formen halb auffüllen, zugedeckt für mindestens zwei Stunden kalt stellen.

Die Formen aus dem Kühlschrank nehmen und mit der geeisten Suppe füllen. Die Erdbeeren putzen, waschen, vierteln und darauf geben. Mit Minzezweigen, gehackten Pistazien und kandierten Veilchen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 22. Mai 2009

Schwarzes Schokoladen-Mousse mit Chili-Vanille-Salz

Für 4 Personen

Mousse:

180 g Zartbitterschokolade	20 g Zucker, braun	2 Eier
1 – 2 TL Rum	400 g Schlagsahne	0,5 Orange, unbehandelt
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Vanilleschote	

Mispeln:

300 g Mispeln, spanisch	80 g Zucker	4 EL Orangensaft
150 ml Weißwein	50 ml Portwein, weiß	150 ml Prosecco
0,25 Vanilleschote	2 Splitter Zimtrinde	2 Zacken Sternanis
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt	2 Scheiben Ingwer
Speisestärke		

Anrichten:

1 EL Meersalz	0,25 TL Vanillepulver	0,25 TL Chiliflocken, mild
0,5 Orange, unbehandelt	200 g Himbeeren	Minzeblätter

Mousse:

Die Schokolade klein schneiden, in eine Edelstahlschüssel geben und auf dem Wasserbad auflösen. Zucker mit einem Ei und einem Eigelb in einen Schlagkessel geben, über heißem Wasserdampf schaumig aufschlagen, die Kuvertüre hinein rühren und vom Wasserbad nehmen. Etwas Schale der Zitrone und der Orange abreiben. Rum, Zitronen- und Orangenabrieb und das Mark der Vanilleschote in die Schokoladenmasse rühren. In eine Schüssel füllen und zugedeckt zwei Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

Mispeln:

Die Mispeln in kochendem Wasser zwei Minuten blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Die Mispeln mit Hilfe eines kleinen Messers schälen, halbieren, die Steine mit dem Gehäuse weitgehend entfernen und die Fruchthälften halbieren. Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. In einem Topf bei mittlerer Hitze den Zucker karamellisieren, mit Orangensaft, Weißwein, Portwein und Prosecco ablöschen. Mit Mispeln mit der aufgekratzten Vanilleschote, Sternanis, Zimt, Zitronen- und Orangenschale und Ingwerscheiben zugeben und etwa zehn Minuten ziehen lassen. Die Speisestärke mit kaltem Wasser anrühren und den Mispelsud damit abbinden. Die Gewürze wieder entfernen.

Anrichten:

Schale der Orange abreiben. Das Salz mit Vanille, Orangenabrieb und Chiliflocken vermischen. Die Mousse mit dem Salz bestreuen, mit Himbeeren und Minzeblättern garnieren. Die Mispeln in kleinen Schalen dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 21. Mai 2010

Vanille-Crêpe mit Portwein-Feigen

Für 2 Personen

4 Feigen, zimmerwarm	50 g Mehl	2 Eier
1 EL Puderzucker	40 g Zucker	1 Vanilleschote
1 Splitter Zimtrinde	1 Gewürznelke	1 Sternanis
20 g Ingwer	1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Orange
1 TL Speisestärke	50 ml roter Portwein	150 ml Rotwein
1 EL schwarzer Johannisbeer-Likör	150 ml Milch	4 EL Butter
1 Zweig Minze		

Den Backofen auf 70 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Eine Scheibe der Orangenschale abschneiden und den Rest abreiben. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Den Puderzucker in einem Kochtopf karamellisieren lassen, mit Portwein und Rotwein ablöschen und 30 Gramm Zucker hinzufügen. Eine halbe Vanilleschote samt Mark, die Zimtstange, die Gewürznelke, den Sternanis und zwei Ingwerscheiben sowie die Orangenschale einlegen und das Ganze aufkochen lassen. Das Stärkemehl mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in den Rotweinsud rühren, bis er sämig bindet, das Ganze noch etwa zwei Minuten kochen lassen und durch ein Sieb gießen. Anschließend mit dem Likör abschmecken. Die Feigen schälen und vierteln. Die Zitronenschale abreiben. Für die Crepes die Milch mit dem übrigen Zucker, dem restlichen Vanillemark und je einer Messerspitze Orangen- und Zitronenabrieb verrühren. Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und braun werden lassen. Das Mehl unterrühren und anschließend mit dem Stabmixer zuerst die Eier und dann die braune Butter untermixen. Den entstandenen Teig ruhen lassen. Die übrige Butter in einer anderen Pfanne erhitzen und darin bei mittlerer Hitze vier dünne Crepes backen. Die fertigen Pfannkuchen im Backofen warm stellen. Die Minzeblätter abzupfen. Die Crepes mit den Feigen auf Tellern anrichten und mit der warmen Rotweinsoße und den Minzeblättern garnieren.

Alfons Schuhbeck am 29. Oktober 2010

Fisch

Alpen-Lachs auf Kresse-Soße mit Vanille-Mais

Für 4 Personen

Soße:

150 g Kartoffeln	600 ml Gemüsebrühe	0,5 Lorbeerblatt, klein
1 Chilischote	50 g Sahne	1 EL Butter, kalt
Bachkresseblätter	1 Msp. Ingwer	0,5 Zehe Knoblauch
Salz	Chili, mild, gemahlen	Muskatnuss

Mais:

200 g Mais, TK	2 EL Butter	0,5 Vanilleschote
Salz	Pfeffer, schwarz	Chili, mild, gemahlen

Alpen-Lachs:

4 Alpen-Lachsfilets a 120 g	1 EL Olivenöl, mild	2 EL Butter, braun
Chilusalz, mild		

Soße:

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Würfel mit der Gemüsebrühe, dem Lorbeerblatt und einer Chilischote knapp unter dem Siedepunkt in etwa 30 Minuten weich ziehen lassen. Lorbeerblatt und Chili entfernen. Die Kartoffeln mit Brühe, Sahne und der Butter glatt mixen. Die Bachkresseblätter abzupfen, waschen und in das Sahnegemisch mixen. Knoblauch und Ingwer fein reiben, hinzufügen und mit Salz, einer Prise Chili und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Mais:

Den Mais in der Butter mit der ausgekratzten Vanilleschote erhitzen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Chili würzen.

Den Backofen auf 70 bis 80 Grad vorheizen.

Alpen-Lachs:

Ein Backblech mit Olivenöl einpinseln. Die Alpen-Lachsfilets darauf legen, mit Klarsichtfolie bedecken und im vorgeheizten Backofen in zehn bis zwölf Minuten saftig garen. Mit brauner Butter bepinseln und mit einer Prise Chilusalz würzen.

Alfons Schuhbeck am 13. November 2009

Gebratener Lachs-Zander-Strudel mit Senf-Dill-Honig-Soße

Für 2 Personen

2 Zanderfilets, a 80 g	100 g eiskaltes Lachsfilet	2 Strudelteigblätter
1 Gurke	1 unbehandelte Zitrone	50 ml Gemüsefond
1 EL Butter	100 g Schmand	110 ml kalte Schlagsahne
2 EL Schlagsahne	1 TL flüssiger Honig	1 TL scharfer Dijon-Senf
1 TL scharfer Senf	0,5 Bund Basilikum	1 Muskatnuss
0,5 Bund Dill	1 EL Olivenöl	1 EL Pflanzenöl
1 Pr milde Chiliflocken	mildes Chilisalz	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Farce das Lachsfilet waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden, salzen und für fünf Minuten in das Gefrierfach stellen. Die Basilikumblätter abzupfen, etwa einen Esslöffel fein hacken und die Zitronenschale abreiben. Anschließend die Fischstücke in einen Zerkleinerer geben, einen Esslöffel scharfen Senf, die Chiliflocken und etwas Muskatnussabrieb hinzufügen und solange mixen, bis eine Bindung entsteht. Nach und nach die kalte Sahne hinzufügen und darauf achten, dass die Sahne erst vollständig vom Fischfleisch aufgenommen wurde, bevor wieder etwas hinzugefügt wird. Abschließend die Farce in eine Schüssel füllen, Basilikum hineinrühren, mit dem Zitronenabrieb abschmecken und gegebenenfalls etwas nachwürzen. Die Strudelblätter auf ein Küchentuch legen und jeweils in der Mitte in Fischgröße mit Farce bestreichen. Die Zanderfilets waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und auf die Farce legen. Die Oberflächen ebenfalls mit Fischfarce bestreichen. Die Strudelteigenden darüber zusammenschlagen, den Teig an den beiden offenen Seiten zusammendrücken und bis auf einen Zentimeter abschneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, darin bei sehr milder Temperatur den Lachs-Zander-Strudel mit der Naht nach unten hineinlegen und von beiden Seiten etwa zehn Minuten hell anbraten. Anschließend die Pfanne vom Herd nehmen und den Strudel darin noch etwas nachziehen lassen. Die Dillblätter abzupfen und klein schneiden. In die Gurkenschale längs fünf Streifen ritzen, anschließend in etwa sieben millimeterdicke Scheiben schneiden und auf ein Backblech geben. Anschließend den Fond angießen, das Ganze mit Chilisalz bestreuen, das Olivenöl darauf träufeln und etwa zehn Minuten im Backofen schmoren. Anschließend herausnehmen, den Schmorsaft in einen kleinen Topf füllen, etwas einköcheln lassen, die Gurkenscheiben dazugeben und die Butter mit einem Teelöffel Dill hinzufügen. Für die Soße den Schmand mit der übrigen Sahne glatt rühren, den Honig, den Dijon-Senf und einen Esslöffel Dill hinzufügen und das Ganze mit Salz und Chili abschmecken. Den Strudel mit den Gurken auf Tellern anrichten und mit der Soße garnieren

Alfons Schuhbeck am 26. November 2010

Gerollte Renke mit Liebstöckl auf Kartoffel-Linsen-Gemüse

Für 4 Personen

Braune Buttersoße:

200 ml Kalbsfond	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 Limette, unbehandelt	50 g Butterflocken, kalt	50 g Butter, braun
Salz	Pfeffer, schwarz	

Kartoffel-Linsengemüse:

150 g Champagnerlinsen	0,8 l Gemüsebrühe	60 g Karotte
60 g Zwiebeln	60 g Kartoffeln	60 g Knollensellerie
2 Stück Haut von Räucherforellen	1 TL Puderzucker	2 Scheiben Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	1 Splitter Zimtrinde	1 Orange, unbehandelt
1 – 2 Lauchzwiebeln	Balsamico	Chili, gemahlen (mild)
Salz	Majoran	

Renke:

6 Renkenfilets mit Haut	6 Blätter Liebstöckl, frisch	Olivenöl, mild
Chilisalز, mild		

Braune Buttersoße:

Einen Streifen Schale der Limette herausschneiden und etwas Saft auspressen. Den Kalbsfond um ein Drittel einköcheln lassen. Halbierter Knoblauchzehe, Ingwer und Limettenschale darin einlegen, einige Minuten ziehen lassen und danach entfernen. Mit einem Teelöffel Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen. Zuerst die Butter, dann die warme braune Butter hinein mixen und nicht mehr kochen lassen. Gegebenenfalls mit etwas Salz nachwürzen.

Kartoffel-Linsengemüse:

Einen Streifen Schale der Orange herausschneiden. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie putzen und schälen. Die Linsen mindestens zwei Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen. In Salzwasser weich kochen, auf einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie in kleine Würfel schneiden und in der Brühe knapp unter dem Siedepunkt fünf Minuten ziehen lassen. Die Räucherforellenhaut dazu geben, mit einer Prise Majoran würzen und in weiteren fünf Minuten fertig garen. am Ende der Garzeit Knoblauch, Ingwer, einen Zimtsplitter und die Orangenschale darin einlegen. Mit Balsamico, Salz, Puderzucker und Chili abschmecken. Die ganzen Gewürze und die Forellenhaut anschließend daraus entfernen und die Linsen hinein geben. Die Lauchzwiebel putzen, in dünne Ringe schneiden und ebenfalls hinzufügen.

Renke:

Von der Renke die Hälfte der Haut von der dünnen Seite her abschneiden. Vier Blätter Alufolie von je circa 25 mal 25 Zentimeter mit je einem Blatt Klarsichtfolie belegen und mit Olivenöl einpinseln. Die Renkenfilets mittig so auf die Folie legen, dass die Haut unten liegt und die Filets mit den Bauchlappen aufeinander liegen. Mit Chilisalز würzen, eine kleines Liebstöcklblatt von der dünnen Seite her einrollen und zuerst straff in die Klarsichtfolie, dann in die Alufolie wickeln. Bei 70 Grad zehn bis zwölf Minuten dämpfen, aus der Folie wickeln, mit Olivenöl bepinseln und mit Chilisalز würzen. Etwas Linsengemüse mit Fond in tiefen Tellern anrichten, die Renke aufschneiden und darauf legen, die braune Buttersoße mit einem Stabmixer aufschäumen und den Schaum darauf träufeln.

Alfons Schuhbeck am 19. Juni 2009

Krosser Zander auf Fenchel-Karotten-Birnen-Gemüse

Für 2 Personen

2 Zanderfilets, a 120 g	1 Fenchelknolle, klein	1 Karotte
1 Birne, rotbackig, reif	1 Knoblauchzehe	1 Vanilleschote
50 g Mehl, doppelgriffig	1 TL Puderzucker	70 ml Gemüsefond
1 EL Rapsöl	2 EL Butter	2 EL braune Butter
1 Prise Chili, mild	Pfeffer, schwarz	Salz

Den Fenchel putzen, in einzelne Lagen teilen, waschen und in zwei bis drei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Karotte schälen und schräg in zwei bis drei Millimeter dicke Scheiben schneiden. Den Fenchel und die Karotte bei mittlerer Hitze in einem Topf mit dem Öl anschwitzen. Ein Viertel der Vanilleschote abschneiden, der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Anschließend den Gemüsefond, die Vanilleschotenhülle und eine halbe Knoblauchzehe hinzugeben und zugedeckt bei sanfter Hitze etwa acht Minuten garen. Die Birne waschen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne bei milder Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, die Birnenspalten darin auf beiden Seiten anbraten und zu dem Fenchelgemüse geben. Anschließend den Knoblauch und die Vanilleschotenhülle wieder entfernen. Den Zander waschen, trocken tupfen und mit der Hautseite in das doppelgriffige Mehl tauchen. Eine Pfanne bei mittlerer Hitze mit der braunen Butter erhitzen und den Zander mit der Hautseite nach unten in die Pfanne geben. Den Zander drei bis vier Minuten kross anbraten, wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und den Fisch in der Nachhitze der Pfanne glasig durchziehen lassen. Anschließend den Zander auf Küchenkrepp abtropfen lassen, salzen und pfeffern. Die Butter zum Gemüse geben und alles mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Den kross gebratenen Zander mit dem Fenchel-Karotten-Birnen-Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 03. September 2010

Lachs-Filet auf Kopfsalat-Erbсен-Soße, Kartoffel-Würfel

Für 2 Personen

2 Lachsfilets	250 g Kartoffeln, fest	0,5 Knoblauchzehe
0,5 Zwiebel	50 g Erbsen, TK	25 g Kopfsalatblätter
1 Lorbeerblatt, klein	1 Chilischote, klein	1 TL Minzblätter
1 EL Korianderkörner	1 EL Fenchelkörner	20 g kalte Butter
1 EL braune Butter	150 ml Gemüsefond	125 ml Geflügelfond
20 ml Olivenöl	1 Muskatnuss	1 Prise Chili mild, gemahlen
1 Prise Majoran	Chilisalز	Salz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Muskatnuss reiben. Die Kartoffeln schälen, waschen und in zentimetergroße Würfel schneiden, anschließend in Brühe mit Lorbeerblatt und Chilischote weich kochen, auf einem Sieb abgießen und auskühlen lassen. Die Kartoffelwürfel dann in einer Pfanne in brauner Butter goldbraun anrösten und mit Chilisalз und Majoran würzen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Salat waschen, trocken schleudern und in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebelwürfel in einem Topf bei milder Hitze im Öl glasig anschwitzen. Zwei Drittel der Erbsen hinzufügen, mit dem Gemüsefond und dem Geflügelfond aufgießen, die Hälfte von den Salatstreifen und den Knoblauch hinzufügen. Das Ganze vier Minuten lang knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Die Butter dazugeben und pürieren. Mit Salz, Chili und etwas Muskatnuss abschmecken. Den übrigen Kopfsalat mit den übrigen Erbsen und der Minze hinein rühren. Die Koriander- und die Fenchelkörner in einer Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fettzugabe sanft anrösten bis die Gewürze zu duften beginnen. Auskühlen lassen und in einem Mörser zerstoßen. Das Lachsfilet waschen und trocken tupfen. Die Lachsfilets in Öl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa eine Minute lang sanft anbraten. Anschließend auf ein mit Olivenöl bestrichenes Backblech setzen und im Backofen zwölf Minuten durchziehen lassen. Anschließend mit Chilisalз und der Fenchel-Koriander-Mischung würzen. Die Lachsfilets mit der Kopfsalat-Erbsensoße und den gebratenen Kartoffeln auf Tellern anrichten.

Alfons Schuhbeck am 30. April 2010

Lachs-Filet mit Avokado-Spalten und Joghurt-Limetten-Dip

Für 2 Personen

2 Lachsfilets, a 120 g	1 Avocado, reif, fest	25 g Semmelbrösel
2 EL Butter	150 g Naturjoghurt	1 Limette, unbehandelt
1 Prise Zucker	3 EL Olivenöl, mild	Chilisalз, mild
Vanillesalz	Salz	

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Die Lachsfilets waschen, trocken tupfen und auf geölte Backbleche legen, mit Klarsichtfolie bedecken und im Backofen etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. Anschließend mit einem Esslöffel Olivenöl einpinseln und mit Chilisalз würzen. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und schälen. Die Avocadohälften in 0,5 Zentimeter dicke Scheiben schneiden und salzen. Die Butter in einer Pfanne bräunen, die Avocado in den Semmelbröseln wälzen und bei mittlerer Hitze in der braunen Butter von beiden Seiten anbraten. Je nach Geschmack mit Vanillesalz oder Chilisalз würzen. Die Schale der Limette abreiben, anschließend die Limette halbieren und den Saft auspressen. Den Joghurt mit dem Limettensaft, dem Limettenabrieb und dem restlichen Olivenöl verrühren und mit Chilisalз und einer Prise Zucker würzen.

Alfons Schuhbeck am 30. Oktober 2009

Lachs-Forelle auf Kräuter-Spinat mit Spargel

Für 2 Personen

2 Lachsforellenfilets	250 g weißer Spargel	125 g Blattspinat
1 Knoblauchzehe	20 g Ingwer	1 Zitrone, unbehandelt
1 Orange, unbehandelt	100 g kleine Kirschtomaten	2 EL Butter
4 EL Gemüsefond	1 EL Pflanzenöl	5 EL Olivenöl
0,5 Bund glatte Petersilie	0,5 Bund Basilikum	1 Kästchen Brunnenkresse
0,5 Bund Bärlauch	0,5 Bund Kerbel	1 TL Puderzucker
1 Muskatnuss	1 Prise Cayennepfeffer	Doppelgriffiges Mehl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Spargel schälen, die holzigen Enden entfernen und schräg in etwa drei Millimeter dicke Scheiben schneiden. Den Spinat gründlich waschen, abtropfen lassen und die Blätter von den Stielen zupfen. Die Kräuter waschen und die Blätter abzupfen. Die Kirschtomaten halbieren. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Einige Zesten der Zitrone reißen. Bei mittlerer Temperatur eine Pfanne erhitzen, den Puderzucker hinein stäuben und den Spargel darin anschwitzen. Anschließend den Fond dazu geben und den Spargel darin etwa acht Minuten bissfest garen. Die Spinat- und Kräuterblätter dazu geben, eine Knoblauchhälfte, den Ingwer und eine Zitronenzeste einlegen und ein bis zwei Minuten dünsten lassen. Die Kirschtomaten dazu geben und darin noch kurz erhitzen. Das Ganze mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und etwas Muskatabrieb würzen. Abschließend einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und braun werden lassen. Nun die braune Butter mit der übrigen Butter dazu geben und den Knoblauch, die Ingwerscheiben und die Zitronenschale wieder entfernen. Die Lachsforellenfilets waschen, trocken tupfen und mit der Hautseite nach unten in doppelgriffiges Mehl tauchen. Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Fischfilets bei mittlerer Hitze etwa drei Minuten anbraten. Anschließend wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze in ein bis zwei Minuten saftig durchziehen lassen. Abschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und Salz und Pfeffer würzen. Die Orangen- und die übrige Zitronenschale abreiben. Das Olivenöl mit dem Zitronen- und Orangenabrieb verrühren. Die Lachsforellenstücke mit dem Spinat und dem Spargel auf Tellern anrichten und mit dem Olivenöl garnieren.

Alfons Schuhbeck am 21. Mai 2010

Marinierter Lachs mit gebratenen Avocados

Für 4 Personen

Lachs:

400 g Lachs, gebeizt Olivenöl

Gebratene Avocados:

2 Avocados 50 g Semmelbrösel 2 EL Butter, braun
Vanillesalz Chilissalz Muskatnuss
Zimt

Ingwer-Buttermilchschaum:

150 g Buttermilch 100 g Sauerrahm 0,5 TL Ingwer
1 TL Chilissalz 0,5 Zitrone, unbehandelt

Salat:

50 g Feldsalat, klein 50 g Friséesalat, gelb 125 ml Gemüsebrühe
2 EL Rotweinessig 0,5 TL Senf, scharf 3 EL Olivenöl, mild
1 EL Petersilie, geschnitten 1 EL Basilikum 1 EL Kerbel
Salz Pfeffer Zucker

Den Backofen auf 50 Grad vorheizen.

Lachs:

Den Lachs in zwei Zentimeter dicke Stücke schneiden und auf einem mit Olivenöl bestrichenem Backblech in den Backofen schieben, bis der Lachs lauwarm ist.

Gebratene Avocados:

Die Avocados halbieren, den Kern entfernen und von der Schale befreien. Die Avocadohälften in einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden, in den Semmelbröseln wälzen und in einer Pfanne mit der braunen Butter bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbraten. Mit Vanillesalz, Chilissalz, einer Prise Muskatnuss und Zimt würzen.

Ingwer-Buttermilchschaum:

Saft der Zitrone auspressen und etwa eine Messerspitze Schale abreiben. Ingwer schälen und reiben. Buttermilch, Sauerrahm, Ingwer, einige Tropfen Zitronensaft, Zitronenabrieb und Chilissalz in einen Mixbecher geben und alles zusammen aufmixen.

Salat:

Feldsalat und Friséesalat putzen. Gemüsebrühe, Rotweinessig und Senf verrühren und das Olivenöl langsam hinein rühren. Petersilie, Basilikum und Kerbel hinein rühren und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Den Salat damit marinieren.

Alfons Schuhbeck am 05. Juni 2009

Seeteufel auf Tintenfisch-Soße mit Calamaretti

Für 4 Personen

Soße:

1 Zehe Knoblauch	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 TL Puderzucker
80 ml Weißwein	1 Birne	300 ml Fischfond
80 g Sahne	1 – 2 Tütchen Tintenfischfarbe	0,5 Vanilleschote
Salz	Chiliflocken	Speisestärke

Seeteufel:

500 g Seeteufel, küchenfertig	3 EL Weißbrotbrösel	1 EL Öl
Chilisalzt, mild		

Calamaretti:

2 Frühlingszwiebeln	1 Zehe Knoblauch	250 g Calamaretti
1 – 2 TL Öl	0,5 Zitrone, unbehandelt	0,25 Bund Petersilie
1 – 2 EL Olivenöl, mild	Lavendelsalz	Pfeffer, schwarz

Soße:

Die Knoblauchzehe schälen und etwa eine Messerspitze abreiben. Etwas Zitronen-Schale abreiben. Den Puderzucker in einem Topf hell karamellisieren, mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Die Birne schälen, waschen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Birnenwürfel in der Brühe weich garen. Mit dem Stabmixer pürieren, die Weißweinreduktion zur Soße geben und die Sahne mit der Tintenfischfarbe und dem Knoblauch hinzufügen. Die Soße mit Salz, Vanillemark, einer Prise Chiliflocken und Zitronenschale würzen. Mit Speisestärke abbinden.

Seeteufel:

Den Seeteufel in circa zwei Zentimeter große Würfel schneiden, mit Weißbrotbrösel bestreuen und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl rundherum anbraten. Anschließend mit Chilisalzt würzen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Calamaretti:

Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Etwas Zitronen-Schale abreiben. Kopf und Arme der Calamaretti mitsamt dem Eingeweide aus dem Körperbeutel ziehen, durchsichtiges Fischbein entfernen. Von den Tintenfischarmen den Kopf abtrennen und darauf achten, dass dabei auch der harte „Schnabel“ entfernt wird. Von den Tüten die Haut abziehen, die Tüten aufschneiden und die restlichen Eingeweide entfernen. Tütenfleisch und Arme unter fließend kaltem Wasser waschen und abtropfen lassen. Das Tütenfleisch in drei Zentimeter große Stücke schneiden, die Tentakeln halbieren. Die vorbereiteten Calamaretti in einer großen, heißen Pfanne im Öl eine halbe bis eine Minute anbraten. Die Frühlingszwiebeln mit den Knoblauchscheiben mit dem Zitronenabrieb und der frisch geschnittenen Petersilie dazu geben, das Olivenöl hinzufügen, salzen und pfeffern. Die Soße nochmals aufschäumen, auf warmen Tellern anrichten, die Calamaretti darauf streuen und die Seeteufelwürfel darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 28. Mai 2010

Seeteufel mit Kümmel gebraten in Safran-Gewürz-Sud

Für 4 Personen

Seeteufel:

600 g Lottefilet	1 TL Kümmel, ganz	1 EL Öl
50 g Weißbrotbrösel	Chilisalز, mild	

Safran-Gewürz-Sud:

2 Kartoffeln, fest	1 Lorbeerblatt	1 Chilischote, klein
2 Zehen Knoblauch	2 Tomaten	2 Frühlingszwiebeln
0,5 Knolle Fenchel	500 ml Fischfond	2 Scheiben Ingwer
1 Döschen Safran (0,1 g)	0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt
0,5 Vanilleschote	Chilisalز, mild	Curry, mild
Salz		

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Seeteufel:

Die Lotte in Medaillons schneiden und mit Kümmel bestreuen. In Weißbrotbröseln wenden und in einer Pfanne mit Öl rundherum anbraten. Im vorgeheizten Backofen auf einem Ofengitter zehn Minuten saftig durch ziehen lassen. Anschließend in Scheiben schneiden und mit Chilisalز würzen.

Safran-Gewürz-Sud:

Die Kartoffeln schälen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. In Salzwasser mit dem Lorbeerblatt, der Chilischote und einer halbierten Knoblauchzehe weich kochen und auf einem Sieb abgießen. Die Gewürze dabei entfernen. Die Tomaten entstrunken und an der Oberfläche über Kreuz einritzen. 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, in kaltem Wasser abschrecken, enthäuten, vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln und den Fenchel putzen, waschen und fein schneiden. Die Zitronen- und die Orangen-Schale abreiben. Den Fischfond um ein Drittel einköcheln lassen. Ingwer, eine Knoblauchzehe und Safran in den Sud geben, einige Minuten ziehen lassen und Ingwer und Knoblauch anschließend wieder entfernen. Einige der Kartoffelwürfel in den Sud einmischen. Restliche Kartoffelwürfel, Fenchel, Lauchzwiebelringe und Tomatenwürfel dazu geben und mit Chilisalز, Curry, Vanillemark und Zitronen- und Orangenabrieb würzen.

Anrichten:

Den Sud mit dem Gemüse in tiefen Tellern verteilen und die Lottescheiben darauf legen.

Alfons Schuhbeck am 22. Januar 2010

Seezungen-Filet auf Safran-Soße mit Tomaten und Fenchel

Für 4 Personen

Seezunge:

4 Seezungen, a 350 g 2 EL Olivenöl, mild 2 EL Butter, braun
Chilisalز, mild

Soße:

2 TL Puderzucker 0,125 ml Weißwein 2 EL Wermut
0,125 ml Gemüsebrühe 1 Döschen Safran 100 ml Sahne
0,5 Orange, unbehandelt 0,5 Vanilleschote 0,5 Zehe Knoblauch
20 g Butter, kalt Weißwein, reduziert Alio e Olio
Salz Chilisalز

Gebratenes Gemüse:

6 Tomaten 2 Knollen Fenchel 2 EL Olivenöl
Chilisalز

Seezunge:

Die Seezungenfilets in einer Pfanne im Olivenöl bei kleiner Hitze von beiden Seiten in insgesamt etwa drei Minuten braten. Mit Chilisalز und brauner Butter würzen.

Soße:

Einen Streifen Schale aus der Orange herausschneiden. In einem Topf bei milder Hitze den Puderzucker hell schmelzen, mit Weißwein und Wermut ablöschen und auf ein Drittel bis ein Viertel einköcheln lassen. Die Brühe mit dem Safran erwärmen und kurz ziehen lassen. Zur Weißweinreduktion geben und auf ein Drittel einköcheln lassen. Die Sahne dazu geben und mit Chilisalز abschmecken. Orangenschale, Alio e olio, Vanilleschote und die in Scheiben geschnittene Knoblauchzehe hinein geben und einige Minuten darin ziehen lassen. Die Soße durch ein Sieb gießen und die Butter hinein mixen. Je nach Geschmack noch mit etwas reduziertem Weißwein abschmecken.

Gebratenes Gemüse:

Die Tomaten entstrunken und etwa 20 Sekunden in kochendes Wasser legen. In kaltem Wasser abschrecken, enthäuten, vierteln und entkernen. Den Fenchel halbieren, und in einen Zentimeter dicke Spalten schneiden. Bei milder Hitze in einer Pfanne im Olivenöl langsam auf beiden Seiten anbraten, die Tomatenzungen zugeben und mit Chilisalز würzen, die Pfanne vom Herd ziehen. Die Seezunge mit dem Gemüse und der Safran-Vanillesoße anrichten.

Alfons Schuhbeck am 20. August 2010

Verschiedene Meeresfische auf Fenchel-Soße

Für 4 Personen

Fenchelsoße:

1 Knolle Fenchel	100 ml Weißwein, trocken	50 ml Champagner
200 ml Gemüsebrühe	50 g Sahne	1 TL Speisestärke
40 g Butter, kalt	0,5–1 TL Fenchel-Pfeffer	Puderzucker
Chilipulver, mild	Anis	Salz

Fisch und Gemüse:

1 Bund Minikarotten	0,5 Bund Spargel, grün	500 g Meeresfischfilets
4 Riesen-Garnelen	1 EL Olivenöl, mild	Chilisalz, mild
Salz		

Fenchelsoße:

Den Fenchel putzen und in Scheiben schneiden. Mit etwas Puderzucker in einer Pfanne karamellisieren. Mit Weißwein und Champagner zusammen auf ein Drittel einköcheln lassen. Mit der Brühe auffüllen, ein bis zwei Minuten köcheln lassen. Mit etwas Anis abschmecken. Die Sahne hinein rühren. Anis und Fenchelscheiben wieder entfernen. Die Speisestärke mit ein wenig kaltem Wasser glatt rühren, nach und nach in die köchelnde Soße rühren, bis die Soße leicht sämig ist. Zuletzt die Butter hinein mixen und mit Salz und dem karamellisierten Fenchel-Pfeffer würzen.

Fisch und Gemüse:

Die Karotten schälen, das Grün auf einen Zentimeter kürzen. Den Spargel im unteren Drittel schälen und schräg in drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Nacheinander in Salzwasser fast weich kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Jede Fischart in vier Portionen schneiden, die Garnelen schälen und entdarmen. Fischstücke und Garnelen in einer beschichteten Pfanne im Olivenöl insgesamt circa drei Minuten braten und mit Chilisalz würzen. Karotten und Spargel mit der Soße in einer Servierpfanne erhitzen, gegebenenfalls etwas nachwürzen, Garnelen und Fischstücke mit der Hautseite nach oben darauf verteilen.

Alfons Schuhbeck am 24. September 2010

Weihnachtliche Bouillabaisse

Für 4 Personen

Kardamom und Fenchel:

1 TL Kardamomkörner 2 TL Fenchelkörner 2 – 3 TL Puderzucker

Suppe:

1,5 Knolle Fenchel 800 ml Gemüsebrühe 200 g Sahne
30 g Butter, kalt 1 – 2 EL Butter, braun 1 Zehe Knoblauch
1 Scheibe Ingwer 0,5 TL Curry 0,5 Orange, unbehandelt
2 Stangen Frühlingszwiebeln Chili, gemahlen, mild Salz

Fisch, Krebse:

0,5 Zehe Knoblauch 0,5 Orange, unbehandelt 0,5 TL Kümmel, ganz
20 Flusskrebse 1 EL Butter, braun 1 Scheibe Ingwer
1 Splitter Zimt 0,25 Schote Vanille Chilisalز, mild
Salz

Einlage:

4 Lachsfilets a 70 g 2 EL Olivenöl, mild 4 Kabeljaufilets a 70 g
4 Rotbarbenfilets 4 Jacobsmuscheln Butter
Chilisalز, mild

Karamellierter Kardamom und Fenchel:

Die Kardamom- und Fenchelkörner in einer Pfanne bei milder Temperatur erwärmen, mit etwas Puderzucker bestäuben und unter Rühren schmelzen lassen. Weitere zwei bis drei mal Puderzucker darauf stäuben und jedes Mal schmelzen lassen. Aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen und in einem Mörser fein zerreiben. Sofort in ein gut schließbares Gefäß geben, damit es trocken bleibt.

Suppe:

Die Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Den Fenchel putzen, halbieren, waschen und samt Strunk in einen halben Zentimeter große Stücke schneiden. Das Fenchelgrün für später aufbewahren. Den Fenchel in der Brühe knapp unter dem Siedepunkt etwa 15 Minuten mehr ziehen als köcheln lassen, bis er weich ist. Ein Drittel des Fenchels als Einlage heraus nehmen und beiseite stellen. Die Sahne zur Suppe geben und mit Butter und brauner Butter pürieren. Die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Etwas Schale der Orange abreiben. Knoblauch und Ingwer mit dem Curry und einer Prise karamellisiertem Fenchelgemisch hinein rühren. Einige Minuten ziehen lassen, mit etwas Orangenabrieb, Salz und Chili abschmecken und durch ein nicht zu feines Sieb passieren. Die abgenommene Fenchel-Einlage und die Frühlingszwiebeln in der Suppe erwärmen. Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Fisch, Krebse:

Den Knoblauch in Scheiben schneiden. Aus der Orange einen Streifen Schale heraus schneiden. Die Krebse mit dem Kümmel für ein bis zwei Minuten in kochendes Salzwasser geben und in kaltem Wasser abschrecken. Die Krebschwänze und –scheren vom Körper trennen. Schwänze schälen und den Darm entfernen. Die Scheren knacken und das Fleisch heraus lösen. Zum Anrichten in einen Esslöffel Butter mit Knoblauch, Ingwer, Zimt, Vanille und Orangenschale erwärmen und mit Chilisalز würzen. Die Krebshöpfe von allen Weichteilen befreien, sodass nur noch die Schalen übrig bleiben. Auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten rösten. Zur Dekoration beiseite legen. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Einlage:

Den Lachs auf ein gebuttertes Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen circa 15 Minuten saftig durchziehen lassen. Anschließend mit mildem Olivenöl bestreichen und mit Chilisalز

und ein wenig von der karamellisierten Kardamom-Fenchel-Mischung würzen. Kabeljau, Rotbarbe und Jacobsmuscheln in einer Pfanne im Olivenöl anbraten und mit Chilusalz und der Kardamom-Fenchel-Mischung würzen.

Anrichten:

Die Soße nochmals aufmixen, auf vertieften warmen Tellern verteilen und die Champignons darauf streuen. Je ein Stück Lachs und Kabeljau darauf legen und das Krebsfleisch darauf verteilen. Mit den Krebschalen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 17. Dezember 2010

Wolfsbarsch auf mediterranem Gemüse

Für 2 Personen

4 Wolfsbarschfilets, a 150 g	4 Artischocken, eingelegt	100 g Cocktailtomaten
1 Zucchini	1 Aubergine	3 Zehen Knoblauch
1 Knolle Ingwer	1 Zitrone, unbehandelt	1 Orange, unbehandelt
1 Vanilleschote	100 ml Weißwein	250 ml Gemüsefond
80 g Sahne	2 TL Puderzucker	1 Prise Curry, mild
2 TL Speisestärke	2 EL Erdnussöl	2 EL Olivenöl, mild
Olivenöl	Chilusalz, mild	Salz

Den Puderzucker in einen kleinen Topf stäuben und bei mittlerer Hitze goldbraun karamellisieren. Mit Weißwein ablöschen, einköcheln lassen und mit Fond und Sahne auffüllen und erhitzen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen, etwas Schale von der Zitrone und der Orange abreiben und den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Zwei Knoblauchzehen abziehen und in Scheiben schneiden. Vanille, Knoblauch, drei Scheiben Ingwer, etwas Zitronen- und Orangenschale und Curry dazu geben. Die Speisestärke mit ein wenig kaltem Wasser glatt rühren und die Weißweinsauce damit sämig binden. Zwei Minuten leise köcheln lassen und durch ein Sieb gießen. Die Artischocken vierteln, die Cocktailtomaten halbieren, den Zucchini schräg in zentimeterdicke Scheiben schneiden, die Aubergine längs halbieren, in halbe Zentimeter dicke Scheiben schneiden, salzen und fünf Minuten ziehen lassen. Die Auberginen anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die übrige Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Zucchini- und Auberginenscheiben in einer Pfanne in Erdnussöl auf beiden Seiten anbraten und mit Chilusalz würzen. Artischocken und Kirschtomaten mit Knoblauch, zwei Scheiben Ingwer und etwas Zitronen- und Orangenschale erhitzen und vom Herd nehmen. Das milde Olivenöl dazugeben und mit Chilusalz würzen. Die Wolfsbarschfilets waschen, trocken tupfen und mit der Hautseite nach unten in einer Pfanne in Olivenöl bei mittlerer Hitze etwa vier Minuten kross anbraten. Die Pfanne vom Herd ziehen, den Fisch wenden, in der Nachhitze der Pfanne in weiteren zwei Minuten glasig durchziehen lassen und mit Chilusalz würzen. Das Gemüse auf warmen Tellern verteilen, je ein Fischfilet mit der Haut nach oben darauf anrichten, die Soße aufschäumen und außen herum ziehen.

Alfons Schuhbeck am 9. Oktober 2009

Wolfsbarsch auf Tomaten-Scheiben mit Buttermilch-Schaum

Für 2 Personen

2 Wolfsbarschfilets, mit Haut	1 Tomate, klein	1 Tomate, mittelgroß
1 Zitrone, unbehandelt	1 Knoblauchzehe	1 EL Sauerrahm
1 EL Crème-fraîche	75 g Buttermilch	3 EL Gemüsefond
6 EL Olivenöl	1 TL Rotweinessig	1 Bund Basilikum
1 Zweig Rosmarin	1 Prise Chili, gemahlen	Zucker
1 Prise Cayennepfeffer	schwarzer Pfeffer	Salz

Die kleine Tomate waschen, den Strunk entfernen, klein schneiden und mit dem Gemüsefond vermengen. Anschließend in einen Topf geben und erhitzen. Den Rosmarin zupfen, den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Anschließend den Rosmarin und zwei Knoblauchscheiben in den Topf geben und acht Minuten neben dem Herd ziehen lassen. Anschließend durch ein grobes Sieb passieren, zwei Esslöffel Olivenöl und den Rotweinessig hinzugeben. Abschließend mit dem Chili, einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Buttermilch, den Sauerrahm und die Crème-fraîche vermengen und einen Esslöffel Olivenöl unter Rühren hinzugeben. Die Zitrone halbieren und auspressen. Das Ganze mit Cayennepfeffer, einer Prise Zucker, etwas Zitronensaft und Salz abschmecken. Eine Pfanne mit dem restlichen Olivenöl erhitzen. Die Wolfsbarschfilets waschen, trocken tupfen und mit der Hautseite nach unten vier Minuten kräftig anbraten. Anschließend die Pfanne von dem Herd nehmen, den Fisch wenden und in der Nachhitze weitere zwei Minuten ziehen lassen. Abschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Währenddessen die übrige Tomate waschen, vom Strunk befreien, in dünne Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend pro Teller vier Scheiben Tomaten auflegen, die Tomatenmarinade darauf verteilen. Anschließend die Wolfsbarschfilets darauf setzen und mit dem Buttermilchschaum umkränzen. Das Basilikum zupfen. Den Wolfsbarsch auf Tomatenscheiben mit dem Buttermilchschaum auf Tellern anrichten und mit Basilikum garnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. Juli 2010

Wolfsbarsch mit Dill-Bohnen und Kartoffel-Paprika-Soße

Für 2 Personen

2 Wolfsbarschfilets a 150 g	200 g festk. Kartoffeln	200 g breite Bohnen
1 Knoblauchzehe	1 kleine Zwiebel	1 rote Paprikaschote
1 unbehandelte Zitrone	200 ml Gemüsefond	0,5 TL gemahlener Kümmel
1 EL Butter	1 Zweig Majoran	1 Zweig Dill
1 Lorbeerblatt	1 kl. getr. Chilischote	3 EL Olivenöl
edelsüßes Paprikapulver	1 Msp. geräucherter Paprika	mildes Chilipulver
Chilisalz	Salz	Pfeffer, schwarz

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Die Kartoffeln schälen, in zentimetergroße Würfel schneiden und im Salzwasser mit dem Lorbeerblatt, der Chili und der Knoblauchhälfte 15 bis 20 Minuten weich köcheln. Anschließend gut abtropfen lassen und die Gewürze entfernen. Für die Soße die Zwiebel abziehen und in zentimetergroße Blätter schneiden. Die Paprikaschote vom Strunk befreien, entkernen, mit einem Sparschäler schälen und in gleich große Stücke schneiden. Beide Gemüsesorten in 150 Millilitern Fond knapp unter dem Siedepunkt 15 bis 20 Minuten weich köcheln lassen. Anschließend 1/3 des Gemüses heraus nehmen und das übrige Gemüse mit dem Fond, ein paar gekochten Kartoffelwürfel und dem Olivenöl glatt mixen. Das entnommene Gemüse mit den abgetropften Kartoffelwürfeln in die Soße rühren. Für das Gulaschgewürz etwa eine Messerspitze Zitronenschale abreiben. Die Majoranblätter abzupfen und etwa zwei Teelöffel klein hacken. Den Kümmel mit dem übrigen Knoblauch, der Zitronenschale und dem Majoran klein hacken. Beide Paprikapulversorten mit etwas Wasser glatt rühren. Die Paprikasoße mit einem Teil vom Gulaschgewürz würzen und beide angerührte Paprikasorten dazu geben. Das Ganze einige Minuten ziehen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Dillblätter abzupfen und klein hacken. Die Bohnen putzen, von den Enden befreien und schräg in etwa zwei Zentimeter breite Stücke schneiden. Anschließend in Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Den übrigen Fond erhitzen, die Bohnen darin heiß schwenken, die Butter hinein rühren und mit Salz, Pfeffer, einer Prise Chilipulver und Dill würzen. Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, schräg halbieren und die Haut leicht einritzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin den Fisch zuerst auf der Hautseite etwa drei Minuten kross anbraten, die Pfanne vom Herd nehmen, wenden und in der Resthitze glasig durchziehen lassen. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen. Den Wolfsbarsch mit den Dillbohnen auf Tellern anrichten und mit der Kartoffel-Paprika-Soße garnieren.

Alfons Schuhbeck am 29. Oktober 2010

Geflügel

Hähnchen-Nuggets, Gewürz-Ketchup, Pfeffer-Kartoffeln

Für 4 Personen

Hähnchennuggets:

0,5 Zitrone, unbehandelt	2 Eier	1 EL Dijon-Senf
4 Geflügelbrüste ohne Haut	80 g Mehl, doppelgriffig	100 g Weißbrotbrösel
200 ml Öl	Muskatnuss, Salz, Pfeffer	

Gewürzketchup:

1 Zwiebel, klein	100 ml Olivenöl, mild	150 ml Gemüsebrühe
50 g Zucker, braun	125 g Tomatenmark	150 g Dosen-Tomaten
150 ml Ketchup	125 ml Ananassaft	1 TL Rosenwasser
2 TL Weißweinessig	25 g Gewürzmischung	20 g Salz

Chiliflocken, mild

Pfefferkartoffeln:

500 g Kartoffeln, fest	1 TL Kümmel, ganz	1 EL Butter, braun
1 EL Butter	Grillpfeffer	Kümmel, Majoran, Salz

Limettendip:

100 g Crème-fraîche	4 – 5 EL Sahne	0,5 Limette, unbehandelt
Chilisalz	Zucker	

Hähnchennuggets:

Die Schale der Zitrone abreiben. Das Ei verquirlen, mit Dijon-Senf, Muskat und Zitronenabrieb verrühren. Die Hähnchenbrüste schräg in circa vier Scheiben schneiden, salzen, pfeffern und nacheinander in doppelgriffigem Mehl, verquirltem Ei und den Weißbrotbröseln wenden. Die Panade dabei nicht zu sehr andrücken. In eine tiefe Pfanne zwei Zentimeter hoch Öl einfüllen und bei mittlerer Temperatur erhitzen. Die panierten Hendlstücke darin von beiden Seiten goldbraun backen. Die gebackenen Hendlstücke nochmals kurz darin wenden.

Gewürzketchup:

Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne bei milder Hitze mit einem Esslöffel Öl goldbraun anbraten. Mit der Brühe aufgießen und die Pfanne vom Herd ziehen. Den braunen Zucker in einem Topf bei milder Hitze karamellisieren lassen, das Tomatenmark zugeben und unter ständigem Rühren anrösten. Zwiebeln mit Brühe, Dosen-Tomaten, Ketchup, Ananassaft, Rosenwasser, Weißweinessig, die Gewürzmischung und das Salz zugeben, einmal aufkochen lassen und den Topf vom Herd ziehen. Mit Hilfe eines Stabmixers das restliche Öl einmischen und mit Chiliflocken würzen.

Pfefferkartoffeln:

Die Kartoffeln waschen, in kräftig gesalzenem Wasser mit Kümmel weich kochen und auf einem Sieb abgießen. Den Kümmel entfernen und weiter verwenden. Die Kartoffeln halbieren, in einer Pfanne in der braunen Butter goldbraun braten und mit Salz, Grillpfeffer, einer Prise gemahlenem Kümmel und Majoran würzen. Zuletzt einen Esslöffel Butter hinein schmelzen lassen.

Limettendip:

Saft der Limette auspressen, die Schale abreiben. Crème-fraîche mit Sahne, Limettensaft und Limettenschale glatt rühren. Mit Chilisalz und einer Prise Zucker abschmecken.

Anrichten:

Die Hähnchennuggets, Gewürzketchup, Pfefferkartoffeln und den Limettendip jeweils separat in Schüsseln oder tiefen Tellern anrichten.

Alfons Schuhbeck am 23. Juli 2010

Hähnchen-Brust in einer Parmesan-Harissa-Hülle

Für 4 Personen

Hähnchenbrust:

80 g Parmesan	90 g Mehl, doppelgriffig	20 g Toastbrotbrösel
1 – 2 EL Harissa (Gewürzpaste)	4 Eier	
4 Hühnerbrüste, ohne Haut	5 EL Butter, braun	
Chilisalz, mild		

Peperonispinat:

500 g Wurzelspinat	1 Peperoni, rot	1 Peperoni, grün
1 EL Öl	150 ml Gemüsebrühe	1 Scheibe Ingwer
1 Scheibe Knoblauch	1 Stange Zimt	1 EL Butter, braun
Chili, mild (gemahlen)	Muskatnuss	Salz

Hähnchenbrust in der Parmesan-Harissa-Hülle:

Parmesan fein reiben und mit zehn Gramm Mehl und Toastbrotbröseln vermischen. Harissa und Eier hinein rühren. Die Hähnchenbrust schräg in vier bis fünf Scheiben schneiden und mit Chilisalz würzen. Zuerst im restlichen Mehl, dann in der Parmesanmasse wenden und in einer Pfanne bei milder Hitze in der braunen Butter von beiden Seiten sanft bräunen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. (Die Panade bräunt sehr leicht, deshalb ist es wichtig, die panierten Hähnchenscheiben besonders schonend bei milder Hitze zu braten.)

Peperonispinat:

Die Spinatblätter von den Stielen zupfen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Die Peperoni entstrunken, entkernen und in einen Zentimeter breite Stücke schneiden. In Öl anschwitzen, mit der Brühe aufgießen und etwa fünf Minuten weich dünsten. Die Spinatblätter hinzufügen. Knoblauch, Ingwer und brauner Butter hinein geben und mit Salz, Chili, Zimtabrieb und Muskatnuss würzen.

Alfons Schuhbeck am 16. Oktober 2009

Perlhuhn-Brust mit zweierlei Kürbis und Feld-Salat

Für 4 Personen

Eingelegter Kürbis:

200 g Muskatkürbis	400 ml Weißwein	1 Zitrone
50 g Zucker	10 g Kardamomkapseln, grün	0,5 Schote Vanille
0,5 Stange Zimt	3 Scheiben Ingwer	0,5 Orange, unbehandelt
1 – 2 EL Weißweinessig, mild		

Kürbissoße:

200 g Butternut Kürbis	300 ml Gemüsebrühe	1 Chilischote, getrocknet
1 Lorbeerblatt	2 Scheiben Ingwer	50 ml Kokosmilch
50 ml Sahne	0,5 Orange, unbehandelt	Chiliflocken
Salz		

Perlhuhnbrust:

4 Perlhuhnbrüste, mit Haut	4 EL Butter, braun	0,25 Schote Vanille
0,5 Stange Zimt	2 Scheiben Ingwer	2 EL Kürbiskerne, geröstet
Feldsalat zum garnieren	Chilisalz	

Eingelegter Kürbis:

Den Saft der Zitrone auspressen. Einen halben Streifen Schale aus der Orange herausschneiden. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen, in einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden und diese in Stücke von vier bis fünf Zentimeter schneiden. Weißwein mit Zitronensaft, Zucker, Kardamon, Vanille, Zimt und Ingwer aufkochen. Den Kürbis darin zehn Minuten köcheln, die Orangenschale hinein geben und auskühlen lassen. Bestenfalls einen Tag im Kühlschrank durchziehen lassen.

Kürbissoße:

Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in einen Zentimeter dicke Stücke schneiden. Die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen und die Würfel mit Chilischote, Lorbeerblatt und Ingwer in etwa 20 Minuten weich köcheln lassen. Die ganzen Gewürze wieder entfernen. Mit einem Stabmixer pürieren und die Kokosmilch und Sahne hinzugeben. Mit einer Prise Chiliflocken, Orangenabrieb und Salz abschmecken. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Perlhuhnbrust:

Die Perlhuhnbrüste in einer Pfanne bei mittlerer Hitze mit einem Esslöffel brauner Butter auf der Hautseite anbraten bis sie goldgelb ist. Kurz auf der anderen Seite anbraten und im Backofen auf einem Gitter in etwa 20 Minuten saftig durch ziehen lassen. Die restliche Butter mit der ausgekratzten Vanilleschote, Zimt und Ingwer in einer Pfanne erwärmen und die Perlhuhnbrüste damit bestreichen. Mit Chilisalz würzen und schräg in vier Teile schneiden. Die Soße mit dem Stabmixer aufschäumen und in tiefen Tellern verteilen. Kürbisstücke, Perlhuhnbrust und Kürbiskerne darauf anrichten und mit Feldsalat garnieren.

Alfons Schuhbeck am 30. Oktober 2009

Picatta von Enten-Brust

Für 4 Personen

2 Entenbrüste, groß	50 g Mehl	2 Eier
300 g Spargel, grün	30 g Butter, flüssig	200 g Kartoffeln, mehlig
80 g Parmesan	0,5 l Geflügelbrühe	0,1 l Sahne
0,2 l Entensoße	0,1 l Hollandaise	1 Zwiebel
0,2 l Weißwein	1 Orange, unbehandelt	Butterschmalz
Olivener Öl	Salz	Pfeffer
Zitronensaft		

Die Entenbrüste von Haut und Sehnen befreien und in acht gleichgroße Stücke schneiden und plattieren. Die Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen. Aus Eiern, Mehl und 30 Gramm geriebenem Parmesan die Panade herstellen. Die Ente nun erst in Mehl und dann in der Parmesan-Ei-Panade wenden und in heißem Butterschmalz von beiden Seiten kurz braten. Den Spargel waschen, unteres Drittel schälen, in Salzwasser gar kochen und mit flüssiger Butter einpinseln. Die Kartoffeln in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden und mit der Zwiebel in Olivenöl anschwitzen. Die glasige Masse mit Weißwein ablöschen und mit der Brühe und Sahne auffüllen. Nach circa acht Minuten 30 Gramm Parmesan zugeben und servieren. Die Schale der Orange abreiben und zu der Entensoße geben. Den Spargel in der Hollandaise schwenken und mit der Ente und dem Kartoffelrisotto servieren. Restlichen Parmesan über das Gericht streuen. Die Ente mit Zitronensaft beträufeln.

Alfons Schuhbeck / Sartor am 17. Oktober 2008

Pistazien-Risotto mit Hähnchen-Brust

Für 2 Personen

2 Hähnchenbrüste, a 180 g	40 ml Weißwein	225 ml Gemüsefond
75 g Risottoreis	0,5 TL Fenchelkörner	0,5 TL Lavendelblüten
1 Zwiebel	1 Schote Vanille	2 Zehen Knoblauch
1 Orange, unbehandelt	1 Msp. Safran-Fäden	20 g Pistazienkerne, ungesalzen
4 EL Olivenöl, mild	1 EL Butter	1 Prise Chiliflocken, mild
1 Ingwer	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Zwiebel abziehen, würfeln und eine Hälfte in einem Topf bei milder Hitze in einem Esslöffel Olivenöl glasig anschwitzen. Den Reis dazu geben und solange mitschwitzen lassen, bis die Reiskörner heiß sind. Mit dem Weißwein ablöschen, einköcheln lassen, mit etwas Gemüsefond aufgießen und unter ständigem Rühren immer wieder etwas Gemüsefond hinzugeben. Diesen vom Reis aufsaugen lassen, bis die Reiskörner nach 15 bis 20 Minuten noch etwas Biss haben. Zwei Streifen der Orangenschale abreißen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Die Vanilleschote aufschneiden und ein Viertel des Marks herauskratzen. Den Fenchel in einem Mörser zerreiben und nach etwa zehn bis 15 Minuten mit dem Lavendel, dem Vanillemark, einer Knoblauchzehe, einem Streifen Orangenschale und dem Safran in das Risotto rühren. Zum Schluss die Pistazien dazu geben, einen Esslöffel Olivenöl hinein rühren, die ganzen Gewürze entfernen und mit Salz und Chili abschmecken. Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen, in einer Pfanne in zwei Esslöffeln Öl auf beiden Seiten hell anbraten, auf das Ofengitter legen und in 25 bis 30 Minuten saftig durchziehen lassen. Den Ingwer schälen und eine Scheibe davon abschneiden. In einer Pfanne die Butter bräunen mit dem restlichen Knoblauch, der Ingwerscheibe und der Orangenschale erwärmen, die Hähnchenbrüste nach dem Garen darin wenden und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Risotto in warmen tiefen Tellern anrichten und je ein Hähnchenbrust darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 30. Oktober 2009

Rosa gebratene Enten-Brust auf Kürbis-Curry-Soße

Für 4 Personen

Pflaumen:

100 ml Rotwein	8 Dörripflaumen	1 EL Butter, kalt
----------------	-----------------	-------------------

Taschenkrebs:

1 Taschenkrebs, ca. 600 g

Entenbrust:

2 Barbarie-Entenbrüste, groß	1 EL Öl	3 EL Butter, braun
2 Scheiben Ingwer	1 Zehe Knoblauch	5 Kardamomkapseln
1 Splitter Zimtrinde	0,5 Schote Vanille	Pfeffer, schwarz
Salz		

Soße:

250 g Hokkaidokürbisfleisch	350 ml Gemüsebrühe	0,5 TL Ingwer
1 Zehe Knoblauch	1 EL Curry, mild	100 ml Kokosmilch
2 EL Butter, kalt	Salz	Chilipulver, mild
1 EL Butter, braun	Chilisalz, mild	

Pflaumen:

Den Rotwein aufkochen, die Dörripflaumen einlegen und einköcheln lassen. Zum Schluss die Butter dazu geben.

Taschenkrebs:

Die Taschenkrebsse in reichlich kochendem Wasser acht Minuten kochen und in kaltem Wasser abschrecken. Scheren und Beine vom Körper brechen und mithilfe eines großen Kochmessers und gegebenenfalls einer kräftigen, aber feingliedrigen Schere ihr Fleisch auslösen. Dabei darauf achten, dass alle Schalensplitter entfernt sind. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Entenbrust:

In die mittlere Einschubleiste des Backofens ein Ofengitter schieben und darunter ein Abtropfblech stellen. Die Entenbrüste von Sehnen befreien, eventuell vorhandene Federkiele mit einer Pinzette herauszupfen und die Hautseite rautenförmig einritzen. Mit der Hautseite nach unten in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Temperatur etwa fünf Minuten bräunen, kurz wenden, sodass sich die Oberfläche auf der Fleischseite schließt und für 45 Minuten auf das Gitter in den vorgeheizten Backofen legen. Die Knoblauchzehe putzen und in Scheiben schneiden. Die Kardamomkapseln leicht andrücken. In einer Pfanne bei milder Hitze die braune Butter mit Ingwer, Knoblauch, Kardamom, Zimt und Vanille erwärmen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die rosa gebratene Entenbrust darin wenden.

Soße:

Ingwer und Knoblauch fein reiben. Das Kürbisfleisch in einen Zentimeter große Würfel schneiden, mit der Brühe in einen Topf geben und in etwa 20 Minuten mehr gar ziehen als köcheln lassen. Ingwer, Knoblauch, Curry und Kokosmilch hinzufügen, mit einem Stabmixer pürieren und die Butter hinein mixen. Mit Salz und einer Prise Chili abschmecken. Die Pflaumen erwärmen und die Butter hinein rühren. Das Taschenkrebsfleisch in der braunen Butter erwärmen und mit Chilisalz würzen. Die Barbarie-Entenbrust in Scheiben schneiden. Die Kürbissoße auf warmen Tellern verteilen, die Barbarie-Entenbrustscheiben darauf anrichten, die Pflaumen außen herum legen und mit dem Taschenkrebsfleisch garnieren.

Alfons Schuhbeck am 01. Oktober 2010

Rosa gebratene Enten-Brust mit Balsamico-Erdbeer-Soße

Für 4 Personen

Entenbrust:	2 Barbarieentenbrüste	1 EL Öl
4 EL Butter, braun	Chilisalز, mild	
Kartoffel-Püree:		
250 g Pastinaken	120 ml Milch	2 EL Butter, braun
500 g Kartoffeln, mehlig	600 ml Geflügelbrühe	1 Lorbeerblatt
1 Chilischote, getrocknet	Muskatnuss	Salz
Zuckerschoten:		
120 g Zuckerschoten	2 – 3 EL Geflügelbrühe	1 EL Butter
1 EL Butter, braun	Trüffel, schwarz	Chilisalز, mild, Salz
Balsamico-Erdbeer-Soße:	2 TL Puderzucker	150 ml Rotwein, kräftig
1 TL Sojasoße	1 EL Balsamico, alt, mild	1 Splitter Zimtrinde
0,25 Schote Vanille	0,5 Zehe Knoblauch	1 – 2 Scheiben Ingwer
1 Erdbeere	1 EL Butter, kalt	

Entenbrust:

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen. In die untere Einschubleiste des Backofens ein Ofengitter mit Abtropfblech schieben. Die Haut der Entenbrust mit einem scharfen Messer über Kreuz einritzen. Mit der Hautseite nach unten in einer Pfanne im Öl bei milder Hitze gut fünf Minuten kross anbraten. Die Entenbrust wenden, einige Sekunden weiter braten und aus der Pfanne nehmen. Auf den Ofenrost legen und in gut 30 Minuten rosa garen. Zum Fertigstellen in einer Pfanne bei sehr milder Hitze die braune Butter erwärmen und mit Chilisalز würzen. Die Entenbrust in Scheiben schneiden, kurz in der braunen Butter wenden und sofort anrichten.

Kartoffel-Püree:

Die Pastinaken schälen, klein schneiden und in Salzwasser weich kochen. Auf einem Sieb abgießen und die Pastinaken mit der heißen Milch und der warmen braunen Butter glatt mixen. Die Kartoffeln schälen und in der Brühe mit einem Lorbeerblatt und Chili weich kochen, auf einem Sieb abgießen und die Gewürze entfernen. Durch eine Kartoffelpresse passieren, mit dem Pastinakenpüree in einen Topf geben, mit einem Teigschaber vermischen und erhitzen. Mit Salz und Muskatnuss würzen, gegebenenfalls noch etwas nachwürzen.

Zuckerschoten:

Die Zuckerschoten quer in dünne Streifen von circa zwei Millimeter Dicke schneiden. In Salzwasser knapp eine Minute kochen, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Zum Fertigstellen in einer Pfanne die Brühe erwärmen und die Zuckerschotenstreifen darin erhitzen. Etwas Butter dazu geben und mit Chilisalز würzen. Den Trüffel in dünne Scheiben hobeln und in brauner Butter erhitzen.

Balsamico-Erdbeer-Soße:

In einem kleinen Topf den Puderzucker hell karamellisieren, mit Rotwein ablöschen und weitgehend einköcheln lassen. Die Sojasoße mit dem Balsamico hinzufügen. Knoblauch und Erdbeere in Scheiben schneiden. Zimt, Vanille, Ingwer und Knoblauch mit den Erdbeerscheiben einlegen und noch einige Minuten darin ziehen lassen, anschließend entfernen und die Butter in die Soße rühren. Je einen Löffel Püree in die Mitte eines warmen Tellers setzen. Mehrere kleine Löffel von den Zuckerschoten außen herum anrichten, mit Trüffelscheiben garnieren und etwas Soße auf die Zuckerschoten träufeln. Die Entenbrustscheiben an das Püree anlegen.

Alfons Schuhbeck am 05. Februar 2010

Hack

Chili-Fleisch-Pflanzerl mit Kartoffel-Ingwer-Salat

Für 4 Personen

Eingelegter Ingwer:

200 g Ingwer 100 ml Reissessig 130 g Zucker
Salz

Pflanzerl:

80 g Toastbrot 100 ml Milch 0,5 Zwiebel
1 EL Öl 250 g Kalbshackfleisch 250 g Schweinehackfleisch
2 Eier 1 TL Chiliflocken, mild 2 TL Senf, scharf
0,5 Zitrone, unbehandelt 0,5 Orange, unbehandelt 1 TL Majoran, getrocknet
1 EL Petersilie, glatt 100 g Weißbrotbrösel Öl
Pfeffer Muskatnuss Salz

Kartoffelsalat:

1 kg Kartoffeln, fest 0,5 EL Kümmel, ganz 1 Zwiebel, klein
400 ml Geflügelbrühe 3 EL Rotweinessig 1 EL Senf, scharf
1 Prise Chili, mild 1 Prise Zucker 3 EL Butter, gebräunt
1 Gurke 100 g Ingwer, eingelegt

Kartoffelsalat:

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser mit dem Kümmel weich kochen. Das Wasser abgießen, die Kartoffeln möglichst heiß schälen, in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Gurke in Scheiben hobeln. Den eingelegten Ingwer klein schneiden. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne in etwas bei milder Hitze glasig anschwitzen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die Brühe erhitzen, mit Essig und Senf, verrühren, mit Salz, Chili und Zucker würzen und eine handvoll Kartoffeln hinein mixen. Nach und nach unter die Kartoffelscheiben mischen, bis die Flüssigkeit vollständig gebunden wird. Anschließend die gebräunte Butter mit Gurken und Ingwer hinein rühren.

Eingelegter Ingwer:

Für den eingelegten Ingwer den Ingwer schälen und auf dem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden. Die Scheiben mit 380 Milliliter Wasser, dem Reissessig, dem Zucker und eineinhalb Teelöffel Salz in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Zwei Esslöffel eingelegten Ingwer und ein bis zwei Esslöffel.

Pflanzerl:

Jeweils etwas Schale der Zitrone und der Orange abreiben. Die Petersilie grob hacken. Das Brot in Würfel schneiden und mit der Milch mischen. Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne bei milder Hitze im Öl glasig anschwitzen. Die Eier mit Salz, Pfeffer, Muskat, Chiliflocken, Senf, Zitronen- und Orangenabrieb verquirlen. Beide Hackfleischsorten mit dem eingeweichten Brot, den verquirlten Eiern, Majoran, Zwiebelwürfeln und Petersilie mischen. Mit feuchten Händen kleine Fleischpflanzerl daraus formen, in Weißbrotbrösel wenden und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl von beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Anrichten:

Den Kartoffelsalat auf lauwarmen Tellern anrichten und die Pflanzerl darauf legen.

Alfons Schuhbeck am 03. Dezember 2010

Kalbsfleisch-Pflanzerl mit gebratenen Kopfsalat-Herzen

Für 4 Personen

Kalbsfleischpflanzerl:

80 g Toastbrot	100 ml Milch	1/2 Zwiebel
250 g Kalbshackfleisch	250 g Schweinehackfleisch	2 Eier
2 TL Senf, scharf	1/2 Zitrone, unbehandelt	1/2 Orange, unbehandelt
1/2 Bund Petersilie, glatt	1 EL Chili	Muskatnuss
Majoran, getrocknet	Öl, Salz, Pfeffer	Weißbrotbrösel

Kartoffel-Senf-Püree:

1 kg Kartoffeln, mehlig	1/2 TL Kümmel, ganz	250 ml Milch
100 g Sahne	1 EL Butter	2 EL Butter, braun
1 EL Senfkörner, gelb	Muskat	Salz, Chilisalz

Kopfsalatherzen:

2 Kopfsalatherzen	1 – 2 EL Butter, braun	1 Zehe Knoblauch
Chilisalz, mild		

Steinpilze:

400 g Steinpilze	1 EL Butter, braun	1/2 Zitrone, unbehandelt
1/2 Bund Petersilie	1 EL Butter	Chilisalz, mild
Kümmel, gemahlen		

Kalbsfleischpflanzerl:

Die Schale der Zitrone abreiben. Etwa einen halben Teelöffel Orangenschale abreiben. Das Brot in Würfel schneiden und mit der Milch mischen. Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne bei milder Hitze in einem Esslöffel Öl glasig anschwitzen. Die Eier mit Salz, Pfeffer, Senf, Muskatnuss, Chili, Zitronen- und Orangenabrieb verquirlen. Beide Hackfleischsorten mit dem eingeweichten Brot, den verquirlten Eiern, einer Prise Majoran und Zwiebelwürfeln mischen. Die Petersilie hacken und unterheben. Mit feuchten Händen kleine Fleischpflanzerl daraus formen, in den Bröseln wenden und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl von beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Kartoffel-Senf-Püree:

Die Senfkörner in Salzwasser 20 Minuten weich kochen, auf einem Sieb abgießen und unter kaltem Wasser abwaschen. Die Kartoffeln waschen, in Salzwasser mit Kümmel weich kochen, heiß schälen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Milch mit Sahne erhitzen und mit einem Kochlöffel in die passierten Kartoffeln rühren. Butter, braune Butter und Senfkörner hinzufügen und mit Salz, Chilisalz und Muskatnuss würzen.

Kopfsalatherzen:

Den Knoblauch in Scheiben schneiden. Die Kopfsalatherzen vierteln, in der braunen Butter von allen Seiten anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, Knoblauch dazu geben und mit Chilisalz würzen.

Steinpilze:

Etwa eine Messerspitze Zitronenschale abreiben. Die Petersilie hacken. Die Steinpilze putzen und in große Stücke schneiden. Die Pilze in einer Pfanne in der braunen Butter zwei bis drei Minuten anbraten. Mit einer Prise Kümmel, Zitronenschale und Chilisalz würzen und zuletzt frisch geschnittene Petersilie und Butter dazu geben.

Alfons Schuhbeck am 23. Oktober 2009

Kalb

Gebratener Steinpilz-Semmel-Strudel mit Kopfsalat

Für 4 Personen

Strudel:

0,5 Zitrone, unbehandelt	200 g Steinpilze, fest	1 – 2 TL Butter, braun
0,25 Bund Petersilie	100 g Toastbrot, entrindet	100 ml Milch
1 Ei	6 EL Portwein	0,5 TL Senf, scharf
1 Prise Majoran	300 g Kalb-Brät	1 EL Butter, braun
Butter für die Ringe	Kümmel, gemahlen	Pfeffer schwarz
Chilipulver, mild	Muskatnuss	Salz

Kopfsalat:

2 Kopfsalatherzen	8 Radieschen	2 Eier
80 ml Brühe	2 EL Weißweinessig	2 EL Olivenöl
50 g Sauerrahm	Salz	Pfeffer
Zucker		

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Strudel:

Schale von der Zitrone abreiben. Die Steinpilze gründlich putzen und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. In einer Pfanne in der braunen Butter bei mittlerer Hitze rundherum ein bis zwei Minuten anbraten. Die Petersilie fein schneiden und hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Kümmel und einer Messerspitze Zitronenabrieb würzen und auskühlen lassen. Den Portwein bis auf ein bis zwei Esslöffel einköcheln und auskühlen lassen. Das Toastbrot in sehr kleine Würfel schneiden. Kalbsbrät mit der Milch, Ei, Senf und Portwein glatt rühren. Die Steinpilze mit den Toastbrotwürfeln hinein rühren und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Chili würzen. Eine Terrineform mit Klarsichtfolie auslegen, die Steinpilzmasse einfüllen und die Form mit Alufolie abdecken und im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten backen. Die Form stürzen und den Strudel in Scheiben schneiden. In brauner Butter auf beiden Seiten anbraten.

Kopfsalat:

Den Kopfsalat waschen und trocken schleudern. Radieschen putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Eier zehn Minuten kochen, kalt abschrecken, schälen und vierteln. Brühe mit Essig, Olivenöl und Sauerrahm aufmixen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat mit dem Dressing marinieren, mit Radieschen, Eiern und dem Strudel anrichten.

Alfons Schuhbeck am 27. August 2010

Kalb-Bries-Strudel auf Feld-Salat

Für 4 Personen

Kalbsbriesstrudel:

200 g Weißwurstbrät	200 g Kalbsbrät	200 g Bries, gekocht
80 ml Sahne	150 g Totentrompeten	1 TL Chiliflocken, mild
1 Zitrone, unbehandelt	1 EL Petersilie	1 Blatt Strudelteig
2 – 3 EL Öl		

Dressing:

60 ml Gemüsebrühe	2 EL Portwein, weiß	1 TL Salz
1 TL Zucker	1 Msp. Cayenne	1 Zehe Knoblauch
1 Scheibe Ingwer	50 g Joghurt	50 g Sauerrahm
1 TL Senf, scharf	1 – 2 EL Rotweinessig	1 TL Balsamico, weiß
1 TL Sherry, medium dry	50 ml Öl	50 ml Olivenöl, mild
1 TL Walnussöl	200 g Feldsalat, klein	200 g Frühstücksspeck
Öl,		

Kalbsbriesstrudel:

Das Weißwurstbrät und Kalbsbrät mit der Sahne glatt rühren. Die Totentrompeten putzen und in etwas Wasser einlegen. Anschließend klein schneiden und zu dem Sahnbrät geben. Die Schale der Zitrone abreiben. Mit etwas Muskatnuss, milden Chiliflocken, einer Messerspitze Zitronenabrieb und frisch geschnittener Petersilie würzen. Die Briesstücke grob würfeln und zugeben. Die Strudelteigblätter mit flüssiger Butter bestreichen, die Teigmitte mit dem Brät etwa zwölf Mal sechs Zentimeter breit und etwa zwei Zentimeter hoch bestreichen. Die Teigenden darüber zusammenlegen und die Enden vorsichtig andrücken. Die Strudelpäckchen mit der Nahtseite nach unten bei milder Hitze im Öl in einer Pfanne in etwa vier Minuten hell bräunen, wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls bei sehr milder Hitze etwa vier Minuten fertig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Dressing:

Brühe mit weißem Portwein, Salz und Zucker in einem kleinen Topf aufkochen lassen, Cayenne hinzufügen, halbierten Knoblauch und Ingwer einlegen, auskühlen lassen und durch ein Sieb gießen. Die Brühe mit Joghurt, Sauerrahm, Senf, Rotweinessig, Balsamico und Sherry mixen und dabei alle Ölsorten hineinlaufen lassen. Den Speck klein würfeln und in einer heißen Pfanne mit dem Öl kross anbraten. Den Feldsalat putzen und waschen. Den Strudel mit dem Feldsalat und Speckwürfeln auf Tellern anrichten.

Alfons Schuhbeck am 04. Juli 2008

Kalb-Filet mit Bohnen-Tomaten-Gemüse und Couscous-Salat

Für 4 Personen

Kalbsfilet:

4 Kalbsfiletsteaks	1 EL Öl	400 ml Kalbsfond
1 EL Butter, kalt	Lavendelsalz	Salz
Pfeffer		

Couscous-Salat:

120g Couscous	130 ml Gemüsebrühe	1 TL Ras es hanout Gewürz
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	1 Orange, unbehandelt
2 EL Rosinen	2 EL Pistazien	4 – 5 EL Arganöl
Orangensaft	Minze	Salz
Chili		

Bohnen-Tomatengemüse:

300 g Bohnen, breit	4 Tomaten	150 ml Gemüsebrühe
1 Msp. Orangenabrieb	1 Msp. Zitronenabrieb	1 EL Butter, braun
1 Prise Bohnenkraut	Salz	Chili

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Kalbsfilet:

Das Kalbsfilet in einer heißen Pfanne bei mittlerer Temperatur im Öl auf beiden Seiten braten. Im vorgeheizten Backofen auf ein Ofengitter legen, in etwa 40 bis 50 Minuten darin rosa durch ziehen lassen. Den Bratenansatz mit Kalbsfond ablöschen und einreduzieren lassen. Brühe immer wieder angießen und einreduzieren, bis die Soße braun wird. Die kalte Butter einrühren und mit Salz, Lavendelsalz und Pfeffer oder Chilisalz würzen, die Soße dabei nicht mehr kochen lassen.

Couscous-Salat:

Die Gemüsebrühe im Topf mit Ras es hanout, der halbierten Knoblauchzehe und Ingwerscheiben erhitzen, den Couscous zugeben und einige Minuten quellen lassen. Die Schale der Orange abreiben und den Saft auspressen. Etwa einen halben Teelöffel Orangenabrieb, Orangensaft, Rosinen und Pistazienkerne zugeben und mit Arganöl, Salz, Chili und etwa einem Teelöffel gehackter Minze abschmecken. Ingwerscheiben und Knoblauchzehe wieder entfernen.

Bohnen-Tomatengemüse:

Die Tomaten über Kreuz einschneiden und in kochendem Wasser etwa 30 Sekunden blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Die Haut abziehen, vierteln und die Kerne raus schneiden. Die Tomatenzungen in grobe Würfel schneiden. Bohnen schräg in ein bis zwei Zentimeter dicke Stücke schneiden und in Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Bohnen mit der Brühe in einer Pfanne erwärmen, Bohnenkraut, Orangen- und Zitronenabrieb mit den Tomatenwürfeln zugeben und mit Salz und Chili würzen. Zum Schluss die braune Butter zugeben. Die braune Soße auf Teller geben, Bohnen-Tomatengemüse darauf geben und das Kalbsfilet auf das Gemüse setzen. Den Couscous separat in Schälchen servieren.

Alfons Schuhbeck am 22. August 2008

Lamm

Dreierlei Bohnen al Pesto mit gegrillten Lamm-Koteletts

Für 4 Personen

Pesto Gemüse:

4 Bund Basilikum	2 Zehen Knoblauch	100 g Pinienkerne
100 ml Olivenöl	30 g Parmesan	50 g Pecorino
1 Zitrone, unbehandelt	1 Orange, unbehandelt	Braune Butter
Salz	Pfeffer	

Lammkoteletts:

10 Lammkoteletts	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
0,5 Schote Vanille	20 g Butter	Olivenöl
Chili	Meersalz	

Dreierlei Bohnen:

300 g Riesenbohnen, weiß	300 g Bohnen, grün	200 g Bohnen, breit
60 ml Gemüsebrühe	20 g Butter	Pfeffer
Salz	Cayennepfeffer	Bohnenkraut

Pesto Gemüse:

Pinienkerne in einer Pfanne rösten und abkühlen lassen. Basilikumblätter mit Knoblauch pürieren, dabei das Olivenöl langsam dazugießen. Parmesankäse und Pecorino-Käse reiben und dazu geben. Etwas Schale der Zitrone und der Orange abreiben. Den Zitronen- und Orangenabrieb und etwas braune Butter dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die ganzen Pinienkerne dazugeben.

Lammkoteletts:

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Lammkoteletts kurz und scharf in wenig Olivenöl anbraten und im Backofen circa zehn bis 15 Minuten ziehen lassen. Die Lammkoteletts anschließend in einer heißen Pfanne mit Butter, Knoblauch, Vanilleschote, Chili und Ingwer schwenken und mit Meersalz würzen.

Dreierlei Bohnen:

Die Bohnen auf einem Sieb unter fließend kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen. Die breiten Bohnen schräg in ein bis zwei Zentimeter breite Stücke schneiden. Die grünen Bohnen in drei Zentimeter lange Stücke schneiden und nacheinander in Salzwasser fast weich blanchieren. Die Bohnen in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. In einer Pfanne die Gemüsebrühe mit allen Bohnensorten erhitzen. Die Butter hinein schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Bohnenkraut und Cayennepfeffer würzen. Die Bohnen auf Tellern anrichten und mit Pesto beträufeln. Die Lammkoteletts darauf legen und auch mit etwas Pesto beträufeln.

Alfons Schuhbeck / Waldhüter am 27. Juni 2008

Gam-Rücken im Bauernbrot gebraten, Spargel-Morchel-Gemüse

Für 4 Personen

Gamsrücken:

500 g Gamsrücken, entseht	1 – 2 EL Dijon-Senf	8 Scheiben Bauernbrot
1 EL Chilusalz	Szechuan-Pfeffer	Pfeffer, grün
Rosa Beeren	Kubebenpfeffer	Pfeffer, schwarz
Öl		

Spargel:

12 Stangen Spargel, weiß	4 Stangen Spargel, grün	1 TL Puderzucker
200 g Morcheln, klein	2 cl Sherry	50 ml Sahne
1 – 2 EL Butter, braun	Brühe	Chilusalz

Soße:

1 TL Puderzucker	150 ml Rotwein	150 ml Wildfond
1 – 2 TL Speisestärke	1 Zehe Knoblauch	3 Scheiben Ingwer
0,5 Orange, unbehandelt	1 – 2 EL Butter, kalt	0,5 Schote Vanille
Wildgewürz		

Gamsrücken:

Szechuan-Pfeffer, grünen Pfeffer, rosa Beeren, Kubebenpfeffer und den schwarzen Pfeffer in eine Pfeffermühle geben. Den Gamsrücken dünn mit Dijon-Senf bestreichen und mit dem Pfeffer würzen. Mit dem Bauernbrot einwickeln und in einer Pfanne im Öl rundherum anbraten. Im vorgeheizten Backofen auf einem Ofengitter mit untergelegtem Abtropfblech je nach Größe circa 30 bis 40 Minuten rosa durchziehen lassen. In der Mitte halbieren und mit Chilusalz würzen.

Spargel:

Den weißen Spargel ganz schälen, den grünen Spargel im unteren Drittel schälen. Das holzige Ende entfernen und schräg in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Den Puderzucker in einer Pfanne schmelzen lassen, den Spargel zugeben, mit Brühe aufgießen und den Spargel darin weich dünsten. Die Morcheln in kaltem Wasser kurz waschen, abtropfen lassen und zum Spargel geben. Mit dem Sherry ablöschen, etwas reduzieren lassen und die Sahne hinzufügen. Die braune Butter zugeben und mit Chilusalz würzen.

Soße:

Den Puderzucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen und auf ein Drittel reduzieren lassen. Den Wildfond zugeben und etwas einköcheln lassen. Mit etwas in kaltem Wasser angerührter Speisestärke sämig binden. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Einen Streifen Schale aus der Orange heraus schneiden. Knoblauchscheiben, Ingwer und die Orangenschale einlegen, einige Minuten ziehen lassen, mit einer Prise Wildgewürz und Vanille würzen, salzen und die Butter hinein rühren. Nach einigen Minuten durch ein Sieb abgießen.

Alfons Schuhbeck am 14. Mai 2010

Lamm-Rücken auf Dill-Bohnen, gebratene Kartoffel-Würfel

Für 2 Personen

250 g Lammrückenfilets	2 Kartoffeln, fest	1 Zehe Knoblauch
1 Ingwer	1 Zitrone, unbehandelt	1 Schote Vanille
100 g Bohnen, weiß	100 g Bohnen, grün	100 g Bohnen, breit
30 ml Gemüsefond	20 g Butter	2 Zweige Dill, frisch
6 EL Olivenöl, mild	Salz	Chili, mild, gemahlen
Chilisalz, mild	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Den Lammrücken waschen, trocken tupfen und bei mittlerer Hitze in einer Pfanne mit drei Esslöffeln Olivenöl rundherum anbräunen. Anschließend in den Backofen geben und in 25 bis 30 Minuten rosa durchziehen lassen. Von der Zitronenschale einen Streifen abschneiden. Die Vanilleschote halbieren und eine Hälfte davon auskratzen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und zwei Scheiben davon abschneiden. In einer Pfanne das restliche Olivenöl mit der Hälfte des Knoblauchs, einer Ingwerscheibe, der Zitronenschale und dem Vanillemark erwärmen und mit Chilisalz würzen. Den Lammrücken darin wenden und anschließend schräg in breite Tranchen schneiden. Die weißen Bohnen auf einem Sieb unter fließend kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen. Die breiten Bohnen putzen und schräg in etwa zwei Zentimeter lange Stücke schneiden, die feinen Bohnen putzen und halbieren. Die breiten und feinen Bohnen nacheinander in starkem Salzwasser fast weich blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Den Dill klein hacken. In einem kleinen Topf den Fond mit allen drei Bohnensorten, dem restlichen Knoblauch, einer Scheibe Ingwer und Zitronenschale erhitzen. Zehn Gramm Butter hinein schmelzen lassen, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen und zuletzt den Dill hinzufügen. Den Knoblauch, Ingwer und Zitronenschale anschließend entfernen. Die Kartoffeln schälen, in ein Zentimeter große Würfel schneiden und im Salzwasser fünf Minuten kochen, in einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Anschließend in einer beschichteten Pfanne die restliche Butter bräunen und die Kartoffeln darin goldbraun anbraten und mit Chilisalz würzen. Die Bohnen auf warmen Tellern verteilen, die Lammrückenscheiben darauf legen, die gewürzte Butter darüber träufeln und die Kartoffelwürfel außen herum streuen.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2009

Lamm-Rücken mit Couscous-Peperoni

Für 4 Personen

Lamm:

2 Lammrücken, ausgelöst	1 EL Kokosfett	1 Stange Zimt
1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer	1 Stück Vanille, klein
2 EL Butter, braun	1 EL Arganöl	Kardamomkapseln
Chilisalز		

Couscous:

1 Schote Spitzpaprika, rot	1 Schote Spitzpaprika, grün	300 ml Gemüsebrühe
1 Zehe Knoblauch	1 TL Ingwer	0,5 Döschen Safran-Fäden
0,5 TL Ras el Hanout	0,5 TL Kurkuma	1 Prise Chili, mild
200 g Couscous	2 – 3 EL Butter, braun	80 g Sahne
2 EL Mandelsplitter, geröstet	1 EL Rosenblüten, getrocknet	1 EL Petersilie, frisch
1 EL Minze, frisch	Salz	

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Lamm:

Die Lammrücken in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Kokosfett rundherum anbraten. Auf das Ofengitter legen und in etwa 20 bis 30 Minuten darin rosa durchziehen lassen. Braune Butter mit Arganöl, halbiertes Zimtstange, halbiertem Knoblauch, Vanille, Kardamom und Chilisalز in einer Pfanne erwärmen und die Lammrücken darin wenden.

Couscous:

Die Spitzpaprika gründlich waschen, längs halbieren, Kerne und Strunk entfernen und in circa einen Zentimeter große Stücke schneiden. In Salzwasser einige Minuten kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. In der Gemüsebrühe erhitzen, Knoblauch hinein reiben. Ingwer, Safran und Ras el Hanout hinzufügen und mit Kurkuma, Chili Knoblauch hinein reiben, den Ingwer hinein geben, Safran, Ras el Hanout hinzufügen und mit Kurkuma und einer Prise Chili würzen. Aufkochen, den Couscous hinein rühren, einen Deckel aufsetzen, vom Herd nehmen und fünf bis sieben Minuten quellen lassen. Mit einer Gabel aufrauen und die braune Butter mit Sahne, Mandeln, Rosenblüten, Petersilie und Minze hinein rühren. Den Couscous auf warmen Tellern anrichten, den Lammrücken schräg in dickere Scheiben schneiden, an den Couscous anlegen und mit der Butter beträufeln.

Alfons Schuhbeck am 26. November 2010

Springbock-Rücken mit Couscous und Dattel-Butter-Soße

Für 4 Personen

Couscous:

150 ml Gemüsebrühe	1 Zehe Knoblauch	5 Kapseln Kardamom
0,5 TL Ras el Hanout	0,5 TL Kurkuma	2 Scheiben Ingwer
120 g Couscous	100 ml Sahne	Butter, braun
Pfeffer, schwarz	Salz	

Springbock:

400 g Springbockrücken	1 EL Öl	2 EL Arganöl
Pyramidensalz		

Dattelbuttersoße:

80 ml Gemüsebrühe	1 – 2 TL Dattalextrakt	1 Prise Chiliflocken, mild
1 Prise Alio e olio	1 Prise Pfeffermischung	100 g Butter, sehr kalt
0,5 Orange, unbehandelt	Salz	

Anrichten:

1 EL Pistazien	1 EL Mandelblättchen	1 EL Cranberries, getrocknet
1 – 2 Datteln	2 – 3 EL Granatapfelkerne	

Couscous:

Die Gemüsebrühe mit Knoblauch, Kardamom, Ras el Hanout, Kurkuma und Ingwer bei schwacher Hitze aufkochen. Den Couscous zugeben, vom Herd nehmen und einige Minuten zugedeckt quellen lassen, dann mit einer Gabel auflockern und die Gewürze entfernen. Mit der Sahne zu einer cremigen Konsistenz rühren, nochmals erhitzen und mit Salz und Pfeffer oder Chilisalz und brauner Butter würzen. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Springbock:

In die mittlere Schiene des Backofens ein Ofengitter und darunter ein Backblech schieben. Den Springbockrücken in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Hitze rundherum anbraten. Auf das Ofengitter legen und in 30 bis 40 Minuten rosa durchziehen lassen. In einer Pfanne bei ganz sanfter Hitze das Arganöl nur ganz leicht erwärmen, mit Pyramidensalz würzen, den Springbockrücken darin wenden und in Scheiben schneiden.

Dattelbuttersoße:

Schale der Orange abreiben. Die Gemüsebrühe in einer Pfanne erwärmen, das Dattalextrakt zugeben und mit Chiliflocken, Alio e olio Gewürzmischung und Pfeffer würzen. Die Butter in kleine Stücke schneiden und langsam in die Soße einrühren, dabei nicht mehr kochen lassen. Mit Salz und Orangenabrieb würzen.

Anrichten:

Die Datteln in Stücke schneiden. Den Couscous auf warmen Tellern anrichten. Mit Pistazien, gebräunten Mandelblättchen, Dattelstücken und Granatapfelkernen bestreuen. Die Springbockscheiben anlegen und die Dattelbuttersoße außen herum träufeln.

Alfons Schuhbeck am 11. Juni 2010

Meer

Gebratene Jakobsmuscheln, Vanille-Spinat, Rotwein-Butter

Für 4 Personen

Vanillespinat:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	300 g Blattspinat
1 Zehe Knoblauch	1 Schalotte	1 TL Butter
3 EL Gemüsebrühe	0,5 Schote Vanille	1 Splitter Zimtrinde
2 Scheiben Ingwer	Pfeffer, schwarz	Muskatnuss
Salz		

Rotweinbutter:

1 TL Puderzucker	200 ml Rotwein, kräftig	100 g Butterstücke, kalt
1 Scheibe Ingwer	1 Scheibe Knoblauch	0,5 Orange
0,5 Zitrone	1 Splitter Zimtrinde	Pfeffer
Salz		

Jakobsmuscheln:

12 Jakobsmuscheln	1 TL Öl	2 EL Butter, braun
Chilusalz, mild		

Vanillespinat:

Die Schale der Orange und der Zitrone abreiben. Die Spinatblätter verlesen, waschen und trocken schleudern, grobe Stiele entfernen. Die Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Brühe, Vanille, Zimt, Knoblauch und Ingwer hinzufügen, den Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Vanille, Zimt, Knoblauch und Ingwer entfernen. Den Spinat etwas pürieren.

Rotweinbutter:

Den Puderzucker in einen Topf oder eine Pfanne sieben und bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Mit Rotwein ablöschen und auf ein Drittel einköcheln. Bei milder Hitze nacheinander die kalten Butterstücke unter ständigem Rühren unterschlagen. Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. Ingwer, Zimtsplitter, Knoblauch und die Zitruschalen kurz mitziehen lassen, wieder entfernen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Soße darf nicht kochen.

Jakobsmuscheln:

Die Jakobsmuscheln in einer heißen Pfanne in einigen Tropfen Öl knapp eine Minute anbraten, wenden und eine halbe Minute weiter braten. Die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne noch circa eine Minute ziehen lassen. Die braune Butter dazu geben, mit einer Prise Chilusalz würzen und die Jakobsmuscheln darin wenden. Den Spinat in warmen tiefen Tellern anrichten, die Rotweinbutter darauf träufeln und die Jakobsmuscheln darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 17. September 2010

Gebratene Tigerprawns auf Mangold-Bärlauch-Spinat

Für 4 Personen

Brezenchips:

1 Laugenbrezel 1 – 2 EL Butter, braun

Gemüse:

3 Blätter Mangold 1 Bund Bärlauch 0,5 Stängel Zitronengras

2 Scheiben Ingwer 0,25 Schote Vanille 0,5 Zitrone, unbehandelt

1 – 2 TL Olivenöl, mild 1 – 2 TL Butter, braun Chilisalz, mild

Zimt Salz

Prawns:

12 Tigerprawns 2 EL Olivenöl, mild 0,5 – 1 TL Sesam

0,5 TL Honig 0,5 Zitrone Curry, mild

Chilisalz, mild

Brezenchips:

Die Brezel in Scheiben schneiden und in einer Pfanne bei milder Hitze in der braunen Butter auf beiden Seiten knusprig braun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Gemüse:

Den Mangold putzen und waschen. Die grünen Blätter von den weißen Stielen schneiden und beides getrennt voneinander klein schneiden, in Salzwasser blanchieren und abtropfen lassen. Die Bärlauchblätter waschen, putzen und in Streifen schneiden. Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Mangold und Bärlauch in einer Pfanne mit dem angeklopften oder eingeritzten Zitronengras, Ingwer, Vanille, Zitronenabrieb und Zimt erhitzen. Olivenöl und braune Butter dazu geben und mit Chilisalz würzen. Die ganzen Gewürze entfernen.

Prawns:

Die Garnelen schälen und entdarmen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, ein wenig Öl hinein pinseln, die Prawns hinein geben und auf beiden Seiten insgesamt etwa drei Minuten braten. Den Sesam hinein streuen, vom Herd nehmen und in der Nachhitze saftig durchziehen lassen. Etwas Zitronensaft auspressen. Das restliche Olivenöl mit Honig, Zitronensaft und einer Messerspitze Curry hinein geben und mit einer Prise Chilisalz würzen. Mangold-Bärlauchspinat auf warmen Tellern verteilen, die Tigerprawns darauf anrichten und mit den Brezenchips garnieren.

Alfons Schuhbeck am 16. April 2010

Spaghetti mit Venusmuscheln

Für 2 Personen

200 g Spaghetti	20 g Ingwer	800 g Venusmuscheln
40 ml Weißwein	175 ml Gemüsefond	1 Zehe Knoblauch
1 Prise Chiliflocken, mild	0,5 Bund Petersilie, glatt	0,5 Bund Basilikum
Olivenöl	Salz	

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Den Ingwer schälen und etwa drei Scheiben abschneiden. Die Nudeln im Salzwasser mit den Ingwerscheiben bissfest kochen, auf einem Sieb abgießen, auf einem kalten Blech ausbreiten und mit vier Esslöffeln Olivenöl vermengen. Die Muscheln gründlich waschen und geöffnete Exemplare aussortieren. In einem Topf etwa 200 Milliliter Wasser und eine kräftige Prise Salz bei mittlerer Temperatur erhitzen, die Muscheln hineingeben und bedeckt, nur so lange dämpfen, bis sie sich öffnen. Anschließend mit einer Schaumkelle herausschöpfen. Die Petersilien- und Basilikumblätter abzupfen und etwa jeweils einen Esslöffel klein hacken. Den Weißwein in einem Topf erhitzen, reduzieren und mit dem Gemüsefond aufgießen. Den Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und einlegen. Anschließend Chili einstreuen, die Petersilie dazu geben und die Spaghetti darin zwei bis drei Minuten kochen lassen, bis sie die ganze Flüssigkeit aufgenommen haben. Kurz vor dem Servieren die Muscheln, das Olivenöl und das Basilikum hineinrühren. Die Spaghetti mit den Muscheln und dem Sud auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 22. Januar 2010

Rind

Geschmorte Rinder-Schulter und Meerrettich-Wirsing

Für 4 Personen

Rinderschulter:

2 Zwiebeln	100 g Knollensellerie	1 Möhre, klein
1,5 kg Rinderschulter, flach	3 EL Öl	2 EL Puderzucker
5 EL Weinbrand	350 ml Rotwein, kräftig	1 EL Tomatenmark
1 l Geflügelbrühe	0,5 TL Pimentkörner	0,5 TL Pfefferkörner, schwarz
1 cm Zimtstange	5 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Orange, unbehandelt	0,5 TL Bitterschokolade	40 g Butterstückchen, kalt
2 TL Balsamico-Essig, mild	0,5 TL Sternanis, gemahlen	Chili, mild (gemahlen)
Salz		

Meerrettichwirsing:

1 Kopf Wirsing	200 g Sahne	3 EL Butter, kalt
2 EL Butter, braun	2 EL Meerrettich	Chili, mild (gemahlen)
Muskatnuss	Salz	

Wurzelgemüse:

1 Stange Staudensellerie	1 Karotte, gelb	1 Karotte
100 g Knollensellerie	1 EL Öl	100 ml Brühe
1 Schote Chili, mittelscharf	0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt
1 EL Butter	1 EL Butter, braun	1 EL Petersilie
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Rinderschulter:

Zwiebeln, Knollensellerie und Möhren schälen und in gut einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Rinderschulter in einem Schmortopf in zwei Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze rundherum kurz anbraten und wieder heraus nehmen. Einen Esslöffel Puderzucker hinein stäuben, hell karamellisieren, das Tomatenmark hineinrühren und darin etwas anbräunen. Mit Weinbrand und einem Drittel des Rotweines ablöschen und sämig einköcheln lassen. Den übrigen Rotwein auf zwei Mal hinzufügen und jeweils sämig einköcheln lassen. Die Gemüsewürfel in einer Pfanne in etwa einen Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. In den Schmortopf geben, mit der Brühe auffüllen und das angebratene Fleischstück wieder einlegen. Bei geschlossenem Deckel in etwa dreieinhalb Stunden im Ofen schmoren lassen, bis es weich ist und gelegentlich darin wenden. Jeweils einen Streifen Schale aus der Zitrone und der Orange heraus schneiden. Das Fleisch aus der Schmorsoße nehmen. Piment, Pfefferkörner, Zimtstange, angedrückte Wacholderbeeren und Lorbeerblatt einlegen und die Soße um etwa die Hälfte einköcheln lassen. Zuletzt halbierte Knoblauchzehe, Ingwer, Zitronenschale und Orangenschale einlegen und fünf Minuten darin ziehen lassen. Die Soße durch ein Sieb gießen, dabei das Gemüse etwas ausdrücken. Die Schokolade hacken und mit der Butter in die Soße rühren und mit ein paar Tropfen Balsamico, Salz und einer Prise Chili abschmecken. Einen Esslöffel Puderzucker mit dem Sternanis in einer Pfanne bei milder Hitze erwärmen, bis der Sternanis einen milden, eher nussigen Geruch entwickelt. Dann aus der Pfanne nehmen. Das Böfflamott in Scheiben schneiden, auf warmen Tellern anrichten, mit der Soße überziehen und mit dem geröstetem Sternanis bestreuen.

Meerrettichwirsing:

Den Wirsing putzen, in einzelne Blätter teilen, diese halbieren und dabei die Blattrippe entfernen. Die Blätter waschen, in kochendem Salzwasser in einigen Minuten bissfest blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen das Wasser aus den Blättern drücken und anschließend in Rauten schneiden. Den Wirsing mit der Sahne in einer Pfanne

erhitzen, die Butter hinein schmelzen lassen und braune Butter zugeben. Den Meerrettich hineinrühren und mit Salz, einer Prise Chili und Muskatnuss abschmecken.

Wurzelgemüse:

Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. Den Staudensellerie putzen und schräg in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Beide Karotten schälen, längs halbieren und schräg in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Den Knollensellerie in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Alle Gemüsesorten bei milder Hitze in einem Topf im Öl glasig anschwitzen und mit der Brühe aufgießen. Chilischote zum Gemüse geben und mit Deckel bei kleiner Hitze in zehn bis 15 Minuten weich schmoren. am Ende der Garzeit noch Orangenschale und Zitronenschale einlegen. Die Butter und braune Butter hinein geben und die frisch geschnittene Petersilie dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Chili und Zitrusfruchtschalen danach wieder entfernen.

Tipp:

Gedämpftes Rinderfilet passt hervorragend als Beilage zu diesem Gericht.

Alfons Schuhbeck am 04. Dezember 2009

Rinder-Filet im Strudel-Teig mit Thai-Basilikum-Farce

Für 4 Personen

Rinderfilet im Strudelteig:

800 g Rinderfilet im Querschnitt	500 g Hühnerfilet	5 Bund Thai-Basilikum
1 Schuss Sahne	2 Pck. Strudelteig, dünn	5 Eier
100 g Cashewnüsse, geröstet	100 g Senf, körnig	50 g Öl-Tomaten
Salz	Pfeffer	Öl

Gröstl:

1 Hokkaido-Kürbis, groß	2 Stangen Porree	1 – 2 EL Butter
2 – 3 EL Olivenöl	1 Schuss Weißwein, trocken	Salz
Pfeffer		

Orangensoße:

250 ml Orangensaft	1 – 2 EL Zucker, braun	3 – 4 EL Butter, kalt
2 Zitronen, unbehandelt	Salz	

Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Rinderfilet im Strudelteig:

Rinderfilet in einer großen Pfanne mit etwas Öl kurz anbraten und abkühlen lassen. Für die Farce Hühnerfilet in Würfel schneiden, Thai-Basilikum zupfen. Getrocknete Tomaten klein schneiden. Hühnerfleisch, Thai-Basilikum, getrocknete Tomaten, geröstete Cashewnüsse, Senf und einen Schuss Sahne in einer Küchenmaschine fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Probe-laibchen in einer Pfanne anbraten, um festzustellen, ob genug Salz drin ist. Strudelteig auslegen, mit zwei Eiern bestreichen, eine zweite Schicht darauf geben, dann wieder mit Farce bestreichen, Fiehl drauf und gleichmäßig mit Farce bedecken. Strudel einrollen, in einer großen Pfanne anbraten und für circa 15 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

Gröstl:

Kürbis und Porree in Würfel schneiden. Kürbis im Olivenöl anbraten, dann Butter und Porree dazu geben. Unter ständigem Rühren Salz und Pfeffer hinzufügen. Mit Weißwein ablöschen.

Orangensoße:

Orangensaft auspressen. Braunen Zucker in einer Sauteuse karamellisieren und mit etwas Wasser und Orangensaft auf etwa die Hälfte einreduzieren lassen. Mit Salz abschmecken. Mit der in kleine Würfel geschnittenen Butter montieren. Gröstl auf Teller geben, Soße darüber träufeln. Rinderfiletscheiben darauf legen und am Ende mit einer feinen Reibe Zitronenschale darüber reiben.

Alfons Schuhbeck / Amann am 17. Oktober 2008

Zwiebel-Rostbraten mit Gemüse-Gröstel

Für 2 Personen

2 Scheiben Rindslede 1 cm	100 g kleine, festk. Kartoffeln	80 g Brokkoli
50 g kleine Champignons	1 Karotte	60 g grüne Bohnen
2 Zwiebeln	1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Orange
50 g Ingwer	2 Knoblauchzehen	1 EL Tomatenmark
75 ml trockener Rotwein	350 ml Geflügelfond	1 Lorbeerblatt
3 Wacholderbeeren	1 Vanilleschote	1 Zimtrinde
1 TL Speisestärke	1 Prise Bohnenkraut	1 TL Puderzucker
1 Zweig Petersilie	2 EL braune Butter	2 EL Pflanzenöl
Chilisalز	Salz	

Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch abziehen und eine Zehe in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und vier Scheiben abschneiden. Etwas Orangenschale abschneiden. In einem Topf einen Esslöffel Öl erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze hell braten. Den Puderzucker darüber stäuben und leicht karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und kurz anrösten. Anschließend mit dem Rotwein ablöschen, fast vollständig einköcheln lassen und den Geflügelfond angießen und knapp unter dem Siedepunkt 25 Minuten ziehen lassen. Nach etwa zehn Minuten das Lorbeerblatt, die Wacholderbeeren, die Vanilleschote, die Knoblauchscheiben, drei Ingwerscheiben, die Zimtstange, etwas Chilisalز und die Orangenschale dazugeben und einige Minuten in der Soße ziehen lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, die kochende Soße damit sämig binden und die Gewürze wieder entfernen. Die Rindsleiden waschen und trocken tupfen. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischscheiben darin bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten kurz anbraten. Anschließend das Fleisch in die Soße legen und einige Minuten ziehen lassen. Wasser in einem Topf erhitzen. Den Brokkoli in Röschen teilen, die Karotte schälen und schräg in Scheiben schneiden, die Bohnen putzen, von den Enden befreien und zerkleinern. Das Gemüse kurz im heißen Wasser blanchieren und anschließend mit dem Eiswasser abschrecken. Die Champignons putzen und halbieren. Eine Pfanne mit der Butter erhitzen und braun werden lassen. Den übrigen Knoblauch halbieren. Die Zitronenschale abreiben. Die Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Die vorgekochten, ungeschälten Kartoffeln halbieren und in einem Esslöffel brauner Butter goldbraun anbraten. Die Champignons dazu geben und kurz mit braten. Die vorblanchierten Gemüsesorten mit einer Prise Bohnenkraut, dem übrigen Knoblauch, der restlichen Ingwerscheibe und der Zitronenschale hinzufügen und erhitzen. Die übrige braune Butter dazu geben, mit Chilisalز würzen und die Petersilie hinein streuen. Den Zwiebelrostbraten mit dem Gemüse und der Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Oktober 2010

Salat

Fisch-Pflanzerl auf Mango-Avocado-Radieserl-Salat

Für 4 Personen

Fischpflanzerl:

400 g Fischfilet	100 g Garnelen, ausgelöst	50 g Weißbrot
0,5 Bund Frühlingszwiebeln	0,5 Mango	1 EL Senf, scharf
1 Ei	20 – 30 g Semmelbrösel	4 EL Öl
50 ml Sahne	Muskatnuss	Salz
Chilisalز	Semmelbrösel	

Salat:

2 Avocados, reif	50 g Semmelbrösel	10 Radieschen
1 Mango, reif	Butter, braun	Chilisalز, mild
Ingwer, eingelegt	Basilikum	

Soße:

170 ml Wasser	25 g Zucker	0,5 TL Salz
1,5 EL Weißweinessig	1 TL Tomatenmark	0,5 TL Ingwer, gerieben
0,5 TL Knoblauch, gerieben	1 – 2 Mango	Chiliflocken
Stärke		

Fischpflanzerl:

Das Fischfilet waschen, trocken tupfen und mit den Garnelen in ganz kleine Würfel schneiden. Das Weißbrot ebenfalls in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Die Mango putzen und in Würfel schneiden. Die Fisch- und Weißbrotwürfel mit dem Senf, dem Ei, der Hälfte der Semmelbrösel, Mango, Sahne, Muskatnuss, Salz und Chilisalز kurz aufmixen. Aus der Fischmasse mit angefeuchteten Händen Pflanzerl formen und diese in den restlichen Semmelbröseln wenden. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Fischpflanzerl darin bei mittlerer Hitze langsam auf beiden goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Salat:

Die Avocados halbieren, dabei den Kern entfernen. Die Hälften schälen und in Spalten schneiden. Die Spalten in Semmelbrösel wenden und in einer Pfanne mit brauner Butter goldbraun braten, mit Chilisalز würzen. Die Mangohälften vom Kern schneiden, schälen und in große Stücke schneiden. Die Radieschen putzen und vierteln.

Soße:

Das Wasser mit Zucker, Salz, Essig, Tomatenmark, Ingwer und Knoblauch aufkochen. Die Chiliflocken zugeben und mit der Stärke abbinden. Die Mango schälen, vom Kern schneiden und in kleine Stücke schneiden. In einem hohen Becher mit Hilfe eines Stabmixers aufmixen und mit der Chilisoße mischen. Mit Salz und Chiliflocken würzen. Die Mangosoße auf den Teller verteilen, die Avocadospalten, Mangostücke, Radieschen und Fischpflanzerl darauf anrichten. Mit eingelegtem Ingwer und Basilikum garnieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Juli 2010

Kartoffel-Ingwer-Salat

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, fest	0,5 EL Kümmel, ganz	1 Zwiebel, klein
400 ml Geflügelbrühe	3 EL Rotweinessig	1 EL Senf, scharf
1 Prise Chili, mild	1 Prise Zucker	3 EL Butter, gebräunt
1 Gurke	100 g Ingwer, eingelegt	

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser mit dem Kümmel weich kochen. Das Wasser abgießen, die Kartoffeln möglichst heiß schälen, in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Gurke in Scheiben hobeln. Den eingelegten Ingwer klein schneiden. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne in etwas bei milder Hitze glasig anschwitzen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die Brühe erhitzen, mit Essig und Senf, verrühren, mit Salz, Chili und Zucker würzen und eine handvoll Kartoffeln hinein mixen. Nach und nach unter die Kartoffelscheiben mischen, bis die Flüssigkeit vollständig gebunden wird. Anschließend die gebräunte Butter mit Gurken und Ingwer hinein rühren.

Alfons Schuhbeck am 03. Dezember 2010

Rote-Bete-Carpaccio mit Meerrettich-Rahm

Für 4 Personen

Carpaccio:

2 Knollen Rote-Bete, a 150 g	1 TL Kümmel, ganz	0,5 Zwiebel, klein
1 Scheibe Ingwer	1 TL Korianderkörner	1 TL Kümmel, ganz
1 TL Fenchelsamen	0,5 TL Pfeffer, schwarz	350 ml Gemüsebrühe
1 TL Senf, scharf	2 bis 3 EL Rotweinessig	3 EL Olivenöl, mild
Chili, gemahlen (mild)	Zucker	Salz

Birne:

0,25 Stck. Birne	1 bis 2 TL Puderzucker	1 EL Butter
------------------	------------------------	-------------

Wachteleier:

4 Wachteleier

Anrichten:

100 g Sahne-Meerrettich	Kapernäpfel	Kürbiswürfel, eingelegt
Walnüsse	Feldsalat, klein	

Carpaccio:

Die Rote-Bete in kräftigem Salzwasser mit dem Kümmel und der Ingwerscheibe gut eine Stunde weich kochen. Die gekochte Rote-Bete schälen, halbieren und in circa drei Millimeter dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Koriander, Fenchel, Pfefferkörner und Kümmel in einer Pfanne ohne Fett anrösten und in eine Gewürzmühle füllen. Für die Marinade die Brühe erwärmen und vom Herd nehmen. Senf, Essig und Öl hinein mixen. Mit Salz, Chili, Zucker und mit etwas von der Koriander-Fenchel-Pfeffer-Kümmel-Mühle würzen. Die Rote-Betescheiben mit den Zwiebelscheiben darin mehrere Stunden durchziehen lassen.

Birne:

Die Birne schälen, das Kernhaus entfernen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, die Birnenwürfel darin anbraten und die Butter hinein schmelzen lassen.

Wachteleier:

Die Wachteleier in kochendem Wasser circa zweieinhalb Minuten kochen und in kaltem Wasser abschrecken. Die Eier schälen und der Länge nach halbieren.

Anrichten:

Die Rote Betescheiben aus der Marinade nehmen und auf Vorspeisentellern anrichten, die Zwiebelscheiben dabei entfernen. Den Sahne-Meerrettich in eine kleine Spritztüte oder einen Gefrierbeutel füllen und damit ein Gitter auf die Rote-Bete auftragen. In die dabei entstehenden Felder je einige Birnenspalten, Kapernäpfel, Kürbiswürfel, Walnüsse und Wachteleier legen und mit geputztem Feldsalat garnieren.

Tipp:

Für diese Zubereitung kann auch sehr gut vorgekochte Rote-Bete verwendet werden. Es lohnt sich, die Rote Betescheiben einen Tag zu marinieren, so können sie gut durchziehen. Die Zwiebelscheiben geben der Marinade nur ihren Geschmack und werden vor dem Anrichten entfernt. Nach Belieben können Sie aber auch mit gegessen werden.

Alfons Schuhbeck am 05. März 2010

Schwein

Gebällertes Schweine-Filet auf Peperoni-Grünkohl-Salat

Für 2 Personen

250 g Schweinefilet	1 Spitzpaprika, rot	300 g Grünkohl
1 EL Rosinen	2 EL Granatapfelkerne	2 TL Kapern, kleine
0,5 TL Senf, scharfer	Chili, mild, gemahlen	1 Prise Zucker
4 EL Olivenöl	2 EL Pflanzenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 130°C Ober-/Unterhitze vorheizen, in die mittlere Einschubleiste ein Ofengitter schieben und darunter ein Abtropfblech legen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin das Schweinefilet rundherum anbraten. Anschließend auf das Gitter im Backofen legen und darin etwa 25 bis 30 Minuten saftig und rosa garen. Den Granatapfel halbieren und die Kerne auslösen. Für die Vinaigrette den Gemüsefond mit dem Essig und dem Senf in einen Mixbecher geben, je zwei Esslöffel der Ölsorten hinein mixen und mit Salz, Pfeffer, Chili und Zucker würzen. Abschließend mit den Rosinen, den Granatapfelkernen und den Kapern verrühren. Den Spitzpaprika halbieren, vom Strunk befreien, entkernen, in zentimetergroße Stücke schneiden und in Salzwasser etwa vier Minuten bissfest kochen. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Vom Grünkohl die feinen Blätter abzupfen und in Salzwasser einige Minuten kochen, so dass sie einen leichten Biss haben. Anschließend ebenfalls in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Das Schweinefilet aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Die Schweinefiletscheiben mit den Peperoni und dem Grünkohl auf Tellern anrichten und mit der Vinaigrette garnieren.

Alfons Schuhbeck am 22. Januar 2010

Gewürz-Krustenbraten mit Apfel-Rahm-Sauerkraut

Für 4 Personen

Gewürz-Krustenbraten:

1 l Kalbsfond	1,5 kg Schweinebauch	1 TL Puderzucker
1 EL Tomatenmark	200 ml Rotwein	2 Zehen Knoblauch
4 Scheiben Ingwer	0,5 Schote Vanille	1 TL Senfkörner, gelb
1 TL Koriander	1 Lorbeerblatt	0,5 TL Kreuzkümmel
2 TL Kardamomkapseln, grün	2 TL Fenchelkörner	3 Splitter Zimtrinde
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt	1 TL Speisestärke
Chiliflocken, mild	Salz	

Apfelrahmkraut:

1 Zwiebel, groß	1 EL Öl	800 g Sauerkraut
100 ml Weißwein	400 ml Gemüsebrühe	1 Pfefferkörner, schwarz
2 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt	50 g Sahne
4 EL Apfelmus	3 EL Butter	Curry
Cayennepfeffer	Zucker	Salz

Apfelspalten:

1 Apfel, rotbackig	1 TL Puderzucker	2 EL Butter
Chilisalز		

Den Backofen auf 130 Grad vorheizen.

Gewürz-Krustenbraten:

Den Kalbsfond in einen Bräter gießen, den Schweinebauch mit der Schwarte nach unten hinein legen und für eine Stunde in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Temperatur anschließend auf 160 Grad erhöhen. Das Fleischstück aus dem Bräter nehmen und umdrehen. Mit einem scharfen Messer einen Zentimeter breite Streifen in die Schwarte schneiden, so wie hinterher die Scheiben tranchiert werden sollen. In einem Topf bei milder Hitze Puderzucker karamellisieren und das Tomatenmark hinein rühren, etwas mit schmelzen lassen und mit dem Rotwein ablöschen. Die Flüssigkeit einköcheln lassen, bis sie Sirupartig ist. Mit dem Fond auffüllen und in den Bräter gießen. Das Fleischstück mit der Schwartenseite nach oben rein setzen. Weitere zwei Stunden in den auf 160 Grad aufgeheizten Ofen schieben. Anschließend den Backofen auf 220 Grad bis 240 Grad Oberhitze oder Umluftgrill vorheizen. Den Braten aus der Soße nehmen, auf ein Backblech setzen, die Schwarte salzen und auf der untersten Einschubleiste unter der vorgeheizten Oberhitze in 20 bis 30 Minuten knusprig braten. Drei Streifen Schale aus der Zitrone und einen Streifen Schale aus der Orange heraus schneiden. Den Knoblauch in Scheiben schneiden. Die Soße mit Knoblauch, Ingwer, ausgekratzter Vanilleschote, Senfkörnern, Korianderkörnern, Kreuzkümmel, Kardamom, Lorbeerblatt, Fenchel, Zimt und etwas Chili verrühren. Zitronen- und Orangenschale hinein geben und knapp unter dem Siedepunkt zehn Minuten ziehen lassen. Die Speisestärke in etwas kaltem Wasser glatt rühren, nach und nach in die kochende Soße rühren, bis sie leicht sämig bindet und ein bis zwei Minuten leise köcheln lassen. Die Soße durch ein Sieb passieren, salzen und warm halten.

Apfelrahmkraut:

Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf im Öl bei milder Hitze die Zwiebeln glasig anschwitzen. Das Sauerkraut dazu geben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und fast völlig einreduzieren lassen. Mit Brühe aufgießen und etwa 45 Minuten bei milder Hitze schmoren. Pfeffer, leicht angedrückte Wacholderbeeren und Lorbeerblatt in einen Einwegbeutel füllen. Nach 30 Minuten Apfelmus und die Gewürze im Teebeutel dazu geben. Nach Garzeitende die Gewürze entfernen, Butter und die Sahne zugeben. Mit einer Prise Cayennepfeffer, Curry, Zucker und gegebenenfalls Salz abschmecken.

Apfelspalten:

Den Apfel vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in dünne Spalten schneiden. In einer Pfanne Puderzucker karamellisieren, die Äpfel zugeben und Butter einschmelzen lassen. Mit Chilisalz würzen. Den Krustenbraten in Scheiben schneiden, mit Apfelrahmkraut, Apfelspalten und mit der Bratensoße anrichten.

Tipp:

Der Krustenbraten kann kurz vor Ende des Bratvorgangs mit Gewürzbutter (zerstoßene Gewürze mit brauner Butter gemischt) eingepinselt werden. Jedoch sollte man darauf achten, dass die Gewürze bei der hohen Temperatur im Backofen nicht anbrennen.

Alfons Schuhbeck am 27. November 2009

Schweine-Filet mit Arganöl, Apfel-Rahm-Spitzkraut

Für 2 Personen

4 Schweinemedallions a 70 g	1 Zwiebel	250 g Spitzkraut
1 Babymöhre	50 g Knollensellerie	1 Bund Petersilie, glatt
1 Apfel	1 Orange, unbehandelt	1 Zitrone, unbehandelt
30 ml Gemüsefond	80 g Sahne	20 g Butter, kalt
1 Vanilleschote	1 Zimtstange	1 Prise Majoran, getrocknet
1 Prise Kümmel, gemahlen	1 Muskatnuss	1 EL Olivenöl
1 EL Arganöl	Kaffeesalz	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 100 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen. In die mittlere Schiene ein Ofengitter mit Abtropfblech schieben. Die Schweinemedallions waschen und trocken tupfen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und bei mittlerer Hitze die Schweinemedallions von beiden Seiten zwei Minuten anbraten. Anschließend die Medallions aus der Pfanne nehmen und auf ein Ofengitter legen. Das Fleisch im Ofen etwa 30 Minuten rosa garen. Die Zwiebeln abziehen und in Rauten schneiden. Von dem Spitzkraut die äußeren Blätter und den Strunk entfernen und ebenfalls in Rauten schneiden. Die Babymöhre und den Sellerie schälen, zunächst in dünne Scheiben, dann in Rauten schneiden. Anschließend das Gemüse in Salzwasser blanchieren. Den Apfel halbieren und das Kernhaus entfernen. Anschließend den Apfel ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln bei mittlerer Hitze darin glasig andünsten. Die Babymöhre, den Sellerie und das Spitzkraut dazugeben und leicht bräunen lassen. Die Muskatnuss reiben und mit Majoran, Kümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend den Gemüsefond und die Sahne dazu geben und einige Minuten dünsten lassen. Die Äpfel hinein rühren und die Vanilleschote einlegen. Die Vanilleschote einige Minuten ziehen lassen und wieder heraus nehmen. Abschließend die Petersilie abzupfen und zerkleinern und die Orangen- und Zitronenschale abreiben. Mit der Butter unterrühren und mit etwas Abrieb einer Zimtstange würzen. Die Medallions und das Apfelrahmkraut auf Tellern anrichten und mit Kaffeesalz und Arganöl garnieren.

Alfons Schuhbeck am 27. November 2009

Soßen

Balsamico-Erdbeer-Soße

Für 4 Personen

2 TL Puderzucker	150 ml Rotwein, kräftig	1 TL Sojasoße
1 EL Balsamico, alt, mild	1 Splitter Zimtrinde	0,25 Schote Vanille
0,5 Zehe Knoblauch	1 – 2 Scheiben Ingwer	1 Erdbeere
1 EL Butter, kalt		

In einem kleinen Topf den Puderzucker hell karamellisieren, mit Rotwein ablöschen und weitgehend einköcheln lassen. Die Sojasoße mit dem Balsamico hinzufügen. Knoblauch und Erdbeere in Scheiben schneiden. Zimt, Vanille, Ingwer und Knoblauch mit den Erdbeerscheiben einlegen und noch einige Minuten darin ziehen lassen, anschließend entfernen und die Butter in die Soße rühren.

Alfons Schuhbeck am 05. Februar 2010

Braune Butter-Soße

Für 4 Personen

200 ml Kalbsfond	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 Limette, unbehandelt	50 g Butterflocken, kalt	50 g Butter, braun
Salz Pfeffer, schwarz		

Einen Streifen Schale der Limette herausschneiden und etwas Saft auspressen. Den Kalbsfond um ein Drittel einköcheln lassen. Halbierter Knoblauchzehe, Ingwer und Limettenschale darin einlegen, einige Minuten ziehen lassen und danach entfernen. Mit einem Teelöffel Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen. Zuerst die Butter, dann die warme braune Butter hinein mixen und nicht mehr kochen lassen. Gegebenenfalls mit etwas Salz nachwürzen.

Alfons Schuhbeck am 19. Juni 2009

Dattel-Butter-Soße

Für 4 Personen

80 ml Gemüsebrühe	1 – 2 TL Dattlextrakt	1 Prise Chiliflocken, mild
1 Prise Alio e olio	1 Prise Pfeffermischung	100 g Butter, sehr kalt
0,5 Orange, unbehandelt	Salz	

Schale der Orange abreiben. Die Gemüsebrühe in einer Pfanne erwärmen, das Dattlextrakt zugeben und mit Chiliflocken, Alio e olio Gewürzmischung und Pfeffer würzen. Die Butter in kleine Stücke schneiden und langsam in die Soße einrühren, dabei nicht mehr kochen lassen. Mit Salz und Orangenabrieb würzen.

Alfons Schuhbeck am 11. Juni 2010

Fenchel-Soße

Für 4 Personen

1 Knolle Fenchel	100 ml Weißwein, trocken	50 ml Champagner
200 ml Gemüsebrühe	50 g Sahne	1 TL Speisestärke
40 g Butter, kalt	0,5 TL Fenchel-Pfeffer	Puderzucker
Chilipulver, mild	Anis	Salz

Den Fenchel putzen und in Scheiben schneiden. Mit etwas Puderzucker in einer Pfanne karamellisieren. Mit Weißwein und Champagner zusammen auf ein Drittel einköcheln lassen. Mit der Brühe auffüllen, ein bis zwei Minuten köcheln lassen. Mit etwas Anis abschmecken. Die Sahne hinein rühren. Anis und Fenchelscheiben wieder entfernen. Die Speisestärke mit ein wenig kaltem Wasser glatt rühren, nach und nach in die köchelnde Soße rühren, bis die Soße leicht sämig ist. Zuletzt die Butter hinein mixen und mit Salz und dem karamellisierten Fenchel-Pfeffer würzen.

Alfons Schuhbeck am 24. September 2010

Kartoffel-Paprika-Soße

Für 2 Personen

1 kleine Zwiebel	1 rote Paprikaschote	1 unbehandelte Zitrone
200 ml Gemüsefond	0,5 TL gemahlener Kümmel	1 EL Butter
1 Zweig Majoran	1 Zweig Dill	1 Lorbeerblatt
1 kl. getr. Chilischote	3 EL Olivenöl	edelsüßes Paprikapulver
1 Msp. geräucherter Paprika	mildes Chilipulver	Chilisalz
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Zwiebel abziehen und in zentimetergroße Blätter schneiden. Die Paprikaschote vom Strunk befreien, entkernen, mit einem Sparschäler schälen und in gleich große Stücke schneiden. Beide Gemüsesorten in 150 Millilitern Fond knapp unter dem Siedepunkt 15 bis 20 Minuten weich köcheln lassen. Anschließend 1/3 des Gemüses heraus nehmen und das übrige Gemüse mit dem Fond, ein paar gekochten Kartoffelwürfel und dem Olivenöl glatt mixen. Das entnommene Gemüse mit den abgetropften Kartoffelwürfeln in die Soße rühren. Für das Gulaschgewürz etwa eine Messerspitze Zitronenschale abreiben. Die Majoranblätter abzupfen und etwa zwei Teelöffel klein hacken. Den Kümmel mit dem übrigen Knoblauch, der Zitronenschale und dem Majoran klein hacken. Beide Paprikapulversorten mit etwas Wasser glatt rühren. Die Paprika-soße mit einem Teil vom Gulaschgewürz würzen und beide angerührte Paprikasorten dazu geben. Das Ganze einige Minuten ziehen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Dillblätter abzupfen und klein hacken.

Alfons Schuhbeck am 29. Oktober 2010

Kresse-Soße

Für 4 Personen

150 g Kartoffeln	600 ml Gemüsebrühe	0,5 Lorbeerblatt, klein
1 Chilischote	50 g Sahne	1 EL Butter, kalt
Bachkresseblätter	1 Msp. Ingwer	0,5 Zehe Knoblauch
Salz Chili, mild, gemahlen	Muskatnuss	

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Würfel mit der Gemüsebrühe, dem Lorbeerblatt und einer Chilischote knapp unter dem Siedepunkt in etwa 30 Minuten weich ziehen lassen. Lorbeerblatt und Chili entfernen. Die Kartoffeln mit Brühe, Sahne und der Butter glatt mixen. Die Bachkresseblätter abzupfen, waschen und in das Sahnegemisch mixen. Knoblauch und Ingwer fein reiben, hinzufügen und mit Salz, einer Prise Chili und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 13. November 2009

Kürbis-Curry-Soße

Für 4 Personen

250 g Hokkaidokürbisfleisch	350 ml Gemüsebrühe	0,5 TL Ingwer
1 Zehe Knoblauch	1 EL Curry, mild	100 ml Kokosmilch
2 EL Butter, kalt	Salz	Chilipulver, mild
1 EL Butter, braun	Chilisalز, mild	

Ingwer und Knoblauch fein reiben. Das Kürbisfleisch in einen Zentimeter große Würfel schneiden, mit der Brühe in einen Topf geben und in etwa 20 Minuten mehr gar ziehen als köcheln lassen. Ingwer, Knoblauch, Curry und Kokosmilch hinzufügen, mit einem Stabmixer pürieren und die Butter hinein mixen. Mit Salz und einer Prise Chili abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 01. Oktober 2010

Kürbis-Soße

Für 4 Personen

200 g Butternut Kürbis	300 ml Gemüsebrühe	1 Chilischote, getrocknet
1 Lorbeerblatt	2 Scheiben Ingwer	50 ml Kokosmilch
50 ml Sahne	0,5 Orange, unbehandelt	Chiliflocken
Salz		

Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in einen Zentimeter dicke Stücke schneiden. Die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen und die Würfel mit Chilischote, Lorbeerblatt und Ingwer in etwa 20 Minuten weich köcheln lassen. Die ganzen Gewürze wieder entfernen. Mit einem Stabmixer pürieren und die Kokosmilch und Sahne hinzugeben. Mit einer Prise Chiliflocken, Orangenabrieb und Salz abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 30. Oktober 2009

Orangen-Soße

Für 4 Personen

250 ml Orangensaft 1 – 2 EL Zucker, braun 3 – 4 EL Butter, kalt
2 Zitronen, unbehandelt Salz

Orangensaft auspressen. Braunen Zucker in einer Sauteuse karamellisieren und mit etwas Wasser und Orangensaft auf etwa die Hälfte einreduzieren lassen. Mit Salz abschmecken. Mit der in kleine Würfel geschnittenen Butter montieren.

Alfons Schuhbeck am 17. Oktober 2008

Reh-Soße

Für 4 Personen

1 TL Puderzucker 50 ml Portwein, rot 125 ml Rotwein
300 ml Rehsoße 0,5 TL Speisestärke 1 Prise Wildgewürz

Den Puderzucker in einem Topf hell karamellisieren, mit Port- und Rotwein ablöschen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Mit Rehsoße aufgießen, mit etwas in kaltem Wasser angerührter Speisestärke leicht sämig binden. Mit Wildgewürz abschmecken und durch ein Sieb gießen.

Alfons Schuhbeck am 22. Oktober 2010

Röstzwiebel-Soße

Für 4 Personen

2 Zwiebeln 3 EL Butter 300 ml Kalbsfond
1 Lorbeerblatt 2 TL Speisestärke 1 Zehe Knoblauch
1 Scheibe Ingwer 0,5 Zitrone Majoran, getrocknet
Pfeffer, schwarz Salz

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln und in zwei Esslöffel Butter mittelbraun anrösten. Den Kalbsfond mit einem Lorbeerblatt dazugeben und auf die Hälfte einköcheln lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Die Soße damit sämig binden. Die Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Knoblauchscheibe, Ingwer, Zitronenschale und Majoran dazugeben, einige Minuten darin ziehen lassen, die ganzen Gewürze anschließend entfernen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Alfons Schuhbeck am 03. September 2010

Rotwein-Wild-Soße

Für 4 Personen

1 TL Puderzucker	150 ml Rotwein	150 ml Wildfond
1 – 2 TL Speisestärke	1 Zehe Knoblauch	3 Scheiben Ingwer
0,5 Orange, unbehandelt	1 – 2 EL Butter, kalt	0,5 Schote Vanille
Wildgewürz		

Den Puderzucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen und auf ein Drittel reduzieren lassen. Den Wildfond zugeben und etwas einköcheln lassen. Mit etwas in kaltem Wasser angerührter Speisestärke sämig binden. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Einen Streifen Schale aus der Orange heraus schneiden. Knoblauchscheiben, Ingwer und die Orangenschale einlegen, einige Minuten ziehen lassen, mit einer Prise Wildgewürz und Vanille würzen, salzen und die Butter hinein rühren. Nach einigen Minuten durch ein Sieb abgießen.

Alfons Schuhbeck am 14. Mai 2010

Safran-Soße

Für 4 Personen

2 TL Puderzucker	0,125 ml Weißwein	2 EL Wermut
0,125 ml Gemüsebrühe	1 Döschen Safran	100 ml Sahne
0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Vanilleschote	0,5 Zehe Knoblauch
20 g Butter, kalt	Weißwein, reduziert	Alio-e-olio
Salz	Chilisalز	

Einen Streifen Schale aus der Orange herausschneiden. In einem Topf bei milder Hitze den Puderzucker hell schmelzen, mit Weißwein und Wermut ablöschen und auf ein Drittel bis ein Viertel einköcheln lassen. Die Brühe mit dem Safran erwärmen und kurz ziehen lassen. Zur Weißweinreduktion geben und auf ein Drittel einköcheln lassen. Die Sahne dazu geben und mit Chilisalز abschmecken. Orangenschale, Alio e olio, Vanilleschote und die in Scheiben geschnittene Knoblauchzehe hinein geben und einige Minuten darin ziehen lassen. Die Soße durch ein Sieb gießen und die Butter hinein mixen. Je nach Geschmack noch mit etwas reduziertem Weißwein abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 20. August 2010

Tintenfisch-Soße

Für 4 Personen

1 Zehe Knoblauch	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 TL Puderzucker
80 ml Weißwein	1 Birne	300 ml Fischfond
80 g Sahne	1/2 Tütchen Tintenfischtinte	0,5 Vanilleschote
Salz	Chili-Flocken	Speisestärke

Die Knoblauchzehe schälen und etwa eine Messerspitze abreiben. Etwas Zitronen-Schale abreiben. Den Puderzucker in einem Topf hell karamellisieren, mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Die Birne schälen, waschen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Birnenwürfel in der Brühe weich garen. Mit dem Stabmixer pürieren, die Weißweinreduktion zur Soße geben und die Sahne mit der Tintenfischtinte und dem Knoblauch hinzufügen. Die Soße mit Salz, Vanillemark, einer Prise Chili-Flocken und Zitronenschale würzen. Mit Speisestärke abbinden und aufschäumen.

Alfons Schuhbeck am 28. Mai 2010

Tomaten-Soße

Für 4 Personen

400 g Pizzatomaten	0,5 Zehe Knoblauch	1 Prise Kräuter
6 EL Olivenöl, mild	1 EL Basilikum, frisch	Chili, gemahlen (mild)
Zucker	Salz	Pfeffer, schwarz

Die Tomaten erhitzen, gehackten Knoblauch, italienische Kräuter und Olivenöl hinein mixen und mit Salz, Pfeffer, jeweils einer Prise Chili und Zucker würzen. Zuletzt das Basilikum hinein rühren.

Alfons Schuhbeck am 18. September 2009

Wild-Soße

Für 4 Personen

250 ml Wildfond	50 ml Rotwein	Wildgewürz
Butter	Salz	Pfeffer
Kardamom	Piment	Nelke
Chili	Muskat	

Wildfond und Rotwein einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Kardamom, Piment, Nelke, Chili, Muskat und Wildgewürzen abschmecken. Mit etwas Butter binden.

Alfons Schuhbeck am 23. Dezember 2008

Suppen

Abgeschmolzene Brot-Suppe mit gerösteten Zwiebeln, Speck

Für 4 Personen

Suppe:

500 g Zwiebeln	60 g Butter	100 ml Weißwein
1 l Rindersuppe, klar	1 Lorbeerblatt	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer	1 Prise Majoran
1 Prise Kümmel, gemahlen	150 g Bauernbrot	1 EL Schnittlauchröllchen
Chili, gemahlen, mild		

Einlage:

2 dünne Scheiben Bauernbrot	1 – 2 EL Butter	150 g Kalbsbrät
2 EL Sahne	1 EL Schnittlauchröllchen	Muskatnuss
Salz		

Suppe:

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in möglichst dünne Streifen schneiden. Die Zwiebelstreifen in einem breiten, hohen Topf bei mittlerer Hitze mit 30 Gramm Butter langsam bräunen. Vier Esslöffel der Zwiebeln für die Garnitur beiseite stellen. Mit Weißwein ablöschen, einreduzieren lassen und mit der Rindersuppe aufgießen. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Lorbeerblatt, Zitronenschale, Knoblauch und Ingwer einlegen und die Suppe bei milder Hitze sechs bis acht Minuten knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Mit Majoran, Kümmel, Salz und Chili würzen. Lorbeer, Zitrone und Ingwer wieder entfernen. Das Brot klein schneiden, in die Suppe geben und einige Minuten ziehen lassen. Die restliche Butter dazu geben und alles zu einer sämigen Suppe pürieren. Gegebenenfalls etwas nachschmecken. Mit Schnittlauch bestreuen.

Einlage:

In der Zwischenzeit die Brotscheiben in vier bis fünf Zentimeter große Vierecke schneiden und in einer Pfanne bei milder Hitze in der Butter von beiden Seiten kross braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen. Das Kalbsbrät mit der Sahne glatt rühren, mit nassen Teelöffeln kleine Nockerl davon abstechen und in Salzwasser bei 90 Grad circa fünf Minuten ziehen, nicht kochen lassen.

Anrichten:

In die warmen Suppenteller etwas frische Muskatnuss reiben, Nockerl und Suppe darauf verteilen, die beiseite genommenen Zwiebelstreifen darauf anrichten und mit Brotchips und Schnittlauch bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 12. November 2010

Fenchel-Curry-Suppe mit Bratwürsteln

Für 2 Personen

4 Nürnberger Rostbratwürstchen	1 kleine Fenchelknolle, 200 g	1 unbehandelte Orange
1 Knoblauchzehe	20 g Ingwer	400 ml Gemüsefond
100 ml Schlagsahne	2 EL kalte Butter	1 EL braune Butter
5 Gewürzfenchelkörner	1 TL mildes Curry	mildes Chilipulver
1 EL Pflanzenöl	Salz	

Den Fenchel putzen, halbieren, waschen und samt Strunk in dünne Scheiben schneiden. Das Fenchelgrün für später aufbewahren. Den Fenchel in dem Fond mit den Fenchelkörnern knapp unter dem Siedepunkt etwa 15 Minuten ziehen lassen, bis er weich ist. 1/3 des Fenchels als Einlage herausnehmen und beiseite stellen. Die Sahne zur Suppe geben und mit der Butter und der braunen Butter pürieren. Den Knoblauch abziehen, den Ingwer schälen und beides in Scheiben schneiden. Die Orangenschale abreiben. Anschließend eine Ingwerscheibe mit dem Curry hineinrühren, einige Minuten ziehen lassen, mit einer Messerspitze Orangenabrieb, Salz und dem Chili abschmecken und durch ein Sieb passieren. Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Bratwürste bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Suppe mit einem Stabmixer erneut aufschäumen. Die Suppe mit der Einlage auf Tellern anrichten und mit dem Fenchelgrün und den Bratwürsten garnieren.

Alfons Schuhbeck am 26. November 2010

Fisch-Suppe

Für 4 Personen

2 Karotten	1 Zucchini, klein	1 Stange Bleichsellerie
750 ml Gemüsebrühe	100 ml Sahne	0,5 Zehen Knoblauch
2 Stangen Zitronengras	1 Schote Vanille	1 Scheibe Ingwer
2 TL Curry, mild	20 g Butter	500 g Fischfilets
Chili	Salz	

Die Karotten schälen, von der Zucchini die Enden entfernen und mit dem gewaschenen Sellerie in dünne Scheiben schneiden. In Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Gemüsebrühe mit Knoblauch, geschältem Ingwer, Zitronengras, Mark der Vanilleschote und Curry in einem Topf erhitzen und ziehen lassen. Zitronengras wieder entfernen. Sahne und Butter hinzufügen und das Ganze mit dem Stabmixer schaumig schlagen und salzen. Fischfilets in mundgerechte Stücke schneiden, zwei bis drei Minuten in etwa 90 Grad heißem, mit Chili gewürztem Salzwasser blanchieren. Das blanchierte Gemüse und die Fischstücke in warme Tassen geben. Die Suppe darüber gießen.

Alfons Schuhbeck am 05. September 2008

Geeiste Curry-Suppe mit Hähnchen-Spieß auf Zitronengras

Für 2 Personen

1 Hähnchenbrustfilet, ohne Haut	1 Lauchzwiebel	1 Limette, unbehandelt
1 Scheibe Toastbrot	75 g Naturjoghurt	2 EL Apfelmus
250 g Kokosmilch	50 ml Ananassaft	3 EL Gemüsefond
2 Zitronengrasstangen	2 TL Rapsöl	2 EL Curry
1 Prise Cayennepfeffer	mildes Chilisalz	Salz

Den Gemüsefond in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen, den Curry hinein geben und einige Minute ziehen lassen. Limette reiben. Die Toastbrotscheibe entrinden, in Würfel schneiden, mit der Kokosmilch, dem Apfelmus und dem Ananassaft vermengen und pürieren. Anschließend den Joghurt hinein geben und mit der Limettenschale, dem Cayennepfeffer und Salz würzen. Das Ganze im Kühlschrank gut durchkühlen lassen und anschließend erneut mit Cayennepfeffer, Salz und Limettenschale würzen. Die Lauchzwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Einige Ringe zum Garnieren beiseite legen. Die restlichen Lauchzwiebeln in die Currysuppe hinein geben. Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen, in sechs Würfel schneiden und je drei auf einer Zitronengrasstange aufstecken. Anschließend eine Pfanne mit dem Rapsöl erhitzen und die Hähnchenspieße bei mittlerer Hitze braten. Auf Küchenkrepp abtropfen und mit Chilisalz würzen. Die geeiste Currysuppe mit dem Hähnchenspieß auf Zitronengras auf Tellern anrichten und mit den restlichen Lauchzwiebeln garnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. Juli 2010

Kohlrabi-Suppe mit gebratenen Pfifferlingen

Für 2 Personen

250 g Kohlrabi	100 g Pfifferlinge	400 ml Gemüsefond
100 ml Sahne	3 EL Butter	1 Scheibe Toastbrot
1 Prise Kümmel, gemahlen	1 Zitrone, unbehandelt	1 Zweig Petersilie
1 Prise Chili, mild, gemahlen	1 Muskatnuss	Salz

Den Kohlrabi putzen, schälen, die holzige Teile entfernen und in ein Zentimeter große Würfel schneiden. Anschließend in dem Gemüsefond knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten weich ziehen lassen. Die Sahne in die Suppe rühren, einen Esslöffel Butter hinzufügen und das Ganze mit einem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Muskat und Chili abschmecken. Die Toastbrotscheiben in Würfel schneiden und in einem Esslöffel Butter bei milder Hitze anbräunen. Einen halben Teelöffel der Zitronenschale abreiben. Die Petersilie abzupfen und fein hacken. Die Pfifferlinge putzen, in etwa 0,5 Zentimeter dicke Stücke schneiden und in einer heißen Pfanne in der restlichen Butter anbraten. Mit Kümmel, dem Zitronenabrieb, Salz und Chili würzen und die Petersilie dazu geben. Die Suppe nochmals aufmixen, in warmen Suppentellern verteilen und die Pfifferlinge darin anrichten.

Tipp:

Kleine Kohlrabiblätter können in Streifen geschnitten und blanchiert als Garnitur verwendet werden.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2009

Kürbis-Paprika-Suppe mit Knoblauch-Croutons

Für 2 Personen

1 Paprika, rot	300 g Muskatkürbis	1 Scheibe Toastbrot
450 ml Gemüsefond	50 g Sahne	30 g Butter
50 g Kokosmilch	1 TL Curry, mild	1 Zehe Knoblauch
1 Zimtstange	1 Vanilleschote	1 Prise Galgant, gemahlen
1 EL Olivenöl	0,5 Bund Petersilie, glatt	Chili, mild, gemahlen
Chilisalz, mild	Salz	

Die Paprika vierteln, entkernen, von den Scheidewänden und vom Strunk befreien und schälen. Drei Viertel von der Paprika grob zerkleinern, den Rest für die Einlage beiseite legen. Anschließend den Kürbis schälen und entkernen. 100 Gramm des Kürbisfleisches für die Einlage beiseite legen und den Rest in kleine Würfel schneiden. Die größeren Kürbiswürfel mit den größeren Paprikastücken in 350 Millilitern Gemüsefond etwa 20 Minuten weich garen. Die Sahne und die Kokosmilch mit dem Curry hinzufügen und pürieren. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Anschließend die Knoblauchscheiben, den Zimt und die Vanille in die Suppe einlegen, einige Minuten darin ziehen lassen und danach entfernen. Die Butter hinein mixen und mit Salz, Galgant und Chili abschmecken. Die restliche Paprika und den Kürbis in etwa Zentimeter große Würfel schneiden und in einer Pfanne mit dem übrigen Fond bei mittlerer Hitze einigen Minuten weich köcheln, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Anschließend das Olivenöl dazu geben. Die Petersilie zupfen, klein hacken, hineinrühren und mit Chilisalz würzen. Das Weißbrot in Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und dann die Weißbrotwürfel goldbraun anrösten. Sobald die Brotwürfel anfangen braun zu werden, die restlichen Knoblauchscheiben mit der Vanille dazu geben. Zum Abschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und die Vanille entfernen. Die Suppe auf Tellern mit den Gemüsewürfeln anrichten und mit den Knoblauchcroutons servieren.

Tipp:

Eine besonders würzige Note erhält die Suppe, wenn zusätzlich mit einem Teelöffel Räucherpaprika (piment de la vera picante) verfeinert wird.

Alfons Schuhbeck am 27. November 2009

Kürbis - Suppe mit gebratenen Jakobsmuscheln

Für 2 Personen

2 Jakobsmuscheln, ausgelöst	300 g Muskatkürbis	1 Knoblauchzehe
50 g . Ingwer	350 ml Gemüsefond	60 g Schlagsahne
1 Zimtrinde	1 Vanilleschote	1 TL Butter
2 EL kalte Butter	1 TL Olivenöl	1 TL Curry, mild
mildes Chilipulver	Salz	Vanillesalz
Pfeffer, schwarz		

Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Den Ingwer schälen und eine Messerspitze fein reiben. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen. Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Die Kürbiswürfel in dem Gemüsefond etwa 20 Minuten knapp unter dem Siedepunkt weich garen. Die Jakobsmuscheln waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Eine Pfanne mit dem Olivenöl erhitzen und darin die Jakobsmuscheln auf jeder Seite etwa eine Minuten braten, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze noch etwa 1 Minute nachziehen lassen. Anschließend die übrige Butter dazu geben, mit Vanillesalz und Pfeffer würzen und erneut auf Küchenpapier abtropfen lassen. Anschließend die Sahne mit dem Curry hinzufügen, die Knoblauchhälfte hinein reiben, den Ingwer dazu geben und das Ganze pürieren. Den Zimt und die Vanilleschote kurz einlegen, einige Minuten darin ziehen lassen und danach wieder entfernen. Abschließend die kalte Butter hinein mixen und die Suppe mit Salz, Chili und Curry abschmecken. Die Suppe auf Tellern anrichten und mit je einer Jakobsmuschel garnieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Oktober 2010

Münchner Graupen-Suppe mit gepökelter Kalb-Zunge

Für 4 Personen

100 g Perlgraupen	1,3 l Geflügelbrühe	1 Zwiebel
1 Lorbeerblatt	1 Gewürznelke	0,5 Karotte
100 g Zucchini	1 Frühlingszwiebel	150 g Kalbszunge,gekocht,gepökelt
100 g Bauchspeck, geräuchert	1 EL Öl	1 TL Korianderkörner
1 Zitrone, unbehandelt	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 EL Petersilie	40 g Butter, kalt	2 EL Butter, braun
Salz	Chili, mild (gemahlen)	Muskatnuss
Kerbelblätter		

Die Graupen von kaltem Wasser bedeckt eine Stunde wässern lassen. Dann über einem Sieb abtropfen lassen. In einem Topf die Brühe aufkochen. Die Zwiebel schälen, mit dem Lorbeerblatt belegen und mit der Gewürznelke fest stecken. Die gespickte Zwiebel mit den Graupen in die Brühe geben und etwa 20 bis 30 Minuten kaum merklich köcheln lassen. Inzwischen die Karotte schälen, die Zucchini und die Frühlingszwiebel putzen, waschen und alles in kleine Würfel schneiden. Den Bauchspeck in kleine Würfel schneiden. Die Kalbszunge in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden und mit den Speckwürfeln im Öl kross braten und auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Korianderkörner in einer Pfanne bei milder Hitze rösten und in eine Mühle füllen. Die Zitronen-Schale abreiben. Die Gemüsewürfel mit der Kalbszunge am Ende der Garzeit in die Suppe rühren. Zitronenabrieb, halbierte Knoblauchzehe und Ingwer einlegen, einige Minuten darin ziehen lassen und wieder entfernen. Mit Salz, Chili, Muskatnuss und Koriander aus der Mühle würzen und den Speck mit der Petersilie hinein rühren, mit brauner Butter abschmecken. Graupen auf einem Sieb abgießen (Sud auffangen), die Graupen in warmen Tellern anrichten. Die Butter in den Sud mixen und auf den Graupen verteilen, mit Kerbelblättern garnieren.

Alfons Schuhbeck am 29. Januar 2010

Sellerie-Suppe mit Bratwürstel

Für 4 Personen

Sellerie-Suppe:

1,5 Knollen Sellerie	800 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
30 g Butter, kalt	1 – 2 EL Butter, braun	1 Zehe Knoblauch
1 Scheibe Ingwer	0,5 Orange, unbehandelt	Salz
Chili, mild (gemahlen)		

Bratwürstel:

8 Rostbratwürstchen, Nürnberger	1 EL Öl
---------------------------------	---------

Sellerie-Croutons:

0,5 Knolle Sellerie	Frittierfett	Chilisalz
---------------------	--------------	-----------

Sellerie-Suppe:

Schale der Orange abreiben. Den Sellerie putzen, halbieren, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Sellerie in der Brühe knapp unter dem Siedepunkt etwa 15 Minuten mehr ziehen als köcheln lassen, bis er weich ist. Die Sahne zur Suppe geben und mit Butter und brauner Butter pürieren. Knoblauch in Scheiben schneiden und mit Ingwer hinein rühren, einige Minuten ziehen lassen, mit etwas Orangenabrieb, Salz und Chili abschmecken und durch ein nicht zu feines Sieb passieren.

Bratwürstel:

Die Bratwürstel in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Croutons:

Den Sellerie putzen, in dünne Scheiben hobeln und in etwas Fett knusprig frittieren. Auch Küchenpapier abtropfen lassen und mit etwas Chilisalz würzen. Die Suppe mit einem Stabmixer aufschäumen, je zwei Bratwürstel hinein geben und mit den Croutons garnieren.

Alfons Schuhbeck am 25. September 2009

Spargel-Suppe

Für 2 Personen

100 g weißer Spargel	100 g grüner Spargel	4 Bärlauchblätter
0,4 l Gemüfefond	100 g Sahne	1 Schuss Zitronensaft
1 Streifen Zitronenschale	10 g kalte Butter	1 Muskatnuss
1 Prise Cayennepfeffer	Salz	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und Teller darin warmstellen. Den weißen Spargel schälen, den grünen nur im unteren Drittel. Von beiden Sorten die holzigen Enden entfernen. Muskatnuss reiben. Den Gemüfefond aufkochen, die Spargelschalen einlegen und 20 Minuten lang knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Durch ein Sieb gießen, den Sud auffangen, die Schalen gut ausdrücken und dann entfernen. Den Spargel schräg in halbzentimeterdicke Scheiben schneiden und im Spargelsud acht Minuten lang knapp unter dem Siedepunkt bissfest durchziehen lassen. Den Sud erneut durch ein Sieb gießen und die Spargelscheiben warmstellen. Den Sud in den Topf zurück geben, die Sahne hinzufügen und bis kurz vor dem Siedepunkt erhitzen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Anschließend einen Streifen Zitronenschale runter schneiden. Die Suppe vom Herd nehmen, die Zitronenschale einlegen und nach einigen Minuten wieder entfernen. Die Butter unterrühren und mit Salz, Cayennepfeffer, etwas frisch geriebener Muskatnuss und ein paar Tropfen Zitronensaft abschmecken. Die Bärlauchblätter waschen, trocken tupfen, von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Die Suppe aufschäumen. Die Streifen mit den Spargelscheiben und den Bärlauch in den vorgewärmten Suppenteller verteilen und die aufgeschäumte Suppe darüber geben.

Alfons Schuhbeck am 30. April 2010

Weißer Bohnen-Suppe mit Räucher-Aal und Croutons

Für 4 Personen

200 g Räucheraal	0,5 Zitrone, unbehandelt	600 g Bohnen, weiß
3 Scheiben Ingwer	2 Zehen Knoblauch	700 ml Gemüsebrühe
250 g Sahne	4 EL Butter	0,5 Schote Vanille
2 – 3 EL Butter, braun	2 Scheiben Toastbrot	1 Stange Zimt
Muskatnuss	Salz	Pfeffer, schwarz
Chili, mild (gemahlen)	Bohnenkraut	Bohnenkraut, frisch

Den Räucheraal enthäuten und von der Haut den Tran entfernen. Die Filets von der Gräte lösen und die Gräten zupfen. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. Die Bohnen abtropfen lassen und mit einer Prise Bohnenkraut, Zitronenschale, einer Ingwerscheibe und einer in Scheiben geschnittenen Knoblauchzehe in der Brühe knapp unter dem Siedepunkt circa zehn Minuten ziehen lassen. Ein Drittel der Bohnen heraus nehmen und in einem kleinen Topf warm stellen. Ingwer und Zitronenschale wieder entfernen. Sahne mit einem Esslöffel Butter hinzufügen und pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Chili und Muskat würzen. Die Toastbrotsccheiben in Würfel schneiden. Mit Vanille, einer in Scheiben geschnittenen Knoblauchzehe, braunen Butter, zwei Ingwerscheiben und der restlichen Butter goldbraun anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit einer Reibe etwas Zimt darüber reiben. Die Suppe nochmals aufmixen. Die Bohnen und den Aal in warme Teller verteilen und die Suppe darauf füllen. Mit Croutons bestreuen und mit frischem Bohnenkraut garnieren.

Alfons Schuhbeck am 11. Dezember 2009

Vegetarisch

Almkäse im Brot gebacken

Für 4 Personen

Almkäse im Brot:

8 Scheiben Bauernbrot 8 Scheiben Almkäse 2 EL Öl
Chiliflocken, getrocknet

Marinierte Kräuter:

60 ml Gemüsebrühe 2 EL Rotweinessig 0,5 TL Senf, scharf
3 EL Olivenöl 50 g Kräuter, gezupft 50 g Blüten
Salz Pfeffer

Schnittlauchsoße:

100 g Crème-fraîche 4 – 5 EL Sahne 1 TL Senf, scharf
1 EL Zitronensaft 1 Prise Zucker 2 EL Schnittlauchstifte
Salz Cayennepfeffer Erdbeermarmelade mit Kardamom
Aprikosenmarmelade mit Chili

Almkäse im Brot:

Bauernbrot in hauchdünne Scheiben schneiden. Den Almkäse auf die eine Hälfte der Brotscheiben legen und mit Chiliflocken bestreuen. Die zweite Hälfte des Brotes darüber klappen und fest andrücken. In einer heißen Pfanne die Brotscheiben mit dem Öl auf beiden Seiten kross braten und auf einem Küchentuch abtropfen.

Marinierte Kräuter:

Für das Dressing Brühe mit Rotweinessig, scharfem Senf und Olivenöl aufmixen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuter und Blüten damit marinieren.

Schnittlauchsoße:

Crème-fraîche mit Sahne und Senf vermischen. Mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Schluss frisch geschnittene Schnittlauchstifte dazugeben. Almkäse im Brot in mundgerechte Stücke schneiden und mit den marinierten Kräutern servieren. Dazu die Schnittlauchsoße, Erdbeermarmelade mit Kardamom und Aprikosenmarmelade mit Chili reichen.

Alfons Schuhbeck am 14. November 2008

Grünes Curry mit Minze und Bockshorn-Klee

Für 4 Personen

1 EL Mandelblättchen	40 g Petersilie	40 g Blattspinat
1 EL Minzeblätter	1 EL Korianderblätter	2 EL Kerbelblätter
1 Zehe Knoblauch	2 EL Olivenöl, mild	0,5 – 1 TL Sesamöl
800 ml Gemüsebrühe	300 g Brokkoli	1 Zucchini
1 Fenchel	2 Stangen Staudensellerie	1 Bund Frühlingszwiebeln
200 g Erbsen	120 g Kartoffeln	1 Lorbeerblatt
2 Schoten Chili, rot	0,5 TL Kardamomkörner	0,25 TL Bockshornkleesamen
0,5 TL Kurkuma	1 TL Ingwer	1 Schote Vanille
1 Splitter Zimtrinde	Chili, mild (gemahlen)	Salz

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fettzugabe hell bräunen. Von der Petersilie die Blätter abzupfen. Den Spinat putzen, waschen und mit den Petersilienblättern eine Minute in Salzwasser kochen. Kalt abschrecken, das Wasser ausdrücken und klein schneiden. Mit Minze, Koriander, Kerbel, einer halben Knoblauchzehe und gerösteten Mandeln in einen elektrischen Zerkleinerer geben. Olivenöl, Sesamöl und drei Esslöffel Gemüsebrühe dazu geben und pürieren. Den Brokkoli in einzelne Röschen teilen, die Stiele schälen und in Scheiben schneiden. Die Zucchini halbieren und in einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Den Fenchel halbieren und in einen Zentimeter große Blätter schneiden. Den Staudensellerie waschen und schräg in einen Zentimeter breite Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebeln in einen Zentimeter dicke Ringe schneiden. Die Kartoffeln schälen und in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Brokkoli, Zucchini, Fenchel, Frühlingszwiebeln und Staudensellerie in Salzwasser bissfest kochen, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Kartoffeln mit den Erbsen in der Brühe mit Lorbeerblatt und Chilischote in circa 30 Minuten weich köcheln. Lorbeerblatt und Chili anschließend entfernen und leicht sämig pürieren. Mit Kurkuma, Kardamom und Bockshornklee aus der Mühle, Salz und Chili würzen. Das Gemüse zugeben, mit Ingwer, einer halben Knoblauchzehe, der aufgekrazten Vanilleschote, Zimt und der Kräuterpaste verfeinern. Die ganzen Gewürze nach fünf Minuten wieder entfernen.

Alfons Schuhbeck am 19. März 2010

Vorspeisen

Gebratene Garnelen auf Mangold-Bärlauch-Spinat

Für 4 Personen

Brezenchips:

1 Laugenbrezel 1 – 2 EL Butter, braun

Gemüse:

3 Blätter Mangold 1 Bund Bärlauch 0,5 Stängel Zitronengras

2 Scheiben Ingwer 0,25 Schote Vanille 0,5 Zitrone, unbehandelt

1 – 2 TL Olivenöl, mild 1 – 2 TL Butter, braun Chilisalز, mild

Zimt Salz

Prawns:

12 Garnelen 2 EL Olivenöl, mild 0,5 – 1 TL Sesam

0,5 TL Honig 0,5 Zitrone Curry, mild

Chilisalز, mild

Brezenchips:

Die Brezel in Scheiben schneiden und in einer Pfanne bei milder Hitze in der braunen Butter auf beiden Seiten knusprig braun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Gemüse:

Den Mangold putzen und waschen. Die grünen Blätter von den weißen Stielen schneiden und beides getrennt voneinander klein schneiden, in Salzwasser blanchieren und abtropfen lassen. Die Bärlauchblätter waschen, putzen und in Streifen schneiden. Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Mangold und Bärlauch in einer Pfanne mit dem angeklopften oder eingeritzten Zitronengras, Ingwer, Vanille, Zitronenabrieb und Zimt erhitzen. Olivenöl und braune Butter dazu geben und mit Chilisalز würzen. Die ganzen Gewürze entfernen.

Prawns:

Die Garnelen schälen und entdarmen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, ein wenig Öl hinein pinseln, die Prawns hinein geben und auf beiden Seiten insgesamt etwa drei Minuten braten. Den Sesam hinein streuen, vom Herd nehmen und in der Nachhitze saftig durchziehen lassen. Etwas Zitronensaft auspressen. Das restliche Olivenöl mit Honig, Zitronensaft und einer Messerspitze Curry hinein geben und mit einer Prise Chilisalز würzen. Mangold-Bärlauchspinat auf warmen Tellern verteilen, die Tigerprawns darauf anrichten und mit den Brezenchips garnieren.

Alfons Schuhbeck am 16. April 2010

Wild

Kaninchen-Filet an Wacholder-Rahm-Steinpilz-Knöpfli

Für 4 Personen

Kaninchenfilet:

4 Kaninchenfilets	2 Zwiebeln, weiß	0,5 l Rotwein, trocken und würzig
150 ml Geflügelfond	300 ml Sahne	1 EL Puderzucker
100 g Herbsthimbeeren	1 EL Wacholderbeeren	Olivenöl
Meersalz	Pfeffer, schwarz	Cayennepfeffer

Knöpfli:

460 g Weizenmehl, Type 405	2 EL Weizengriß	6 Eier, Größe M
1 Tasse Wasser	100 ml Brühe	2 TL Salz
4 Steinpilze, frisch	50 g Butter	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Kaninchenfilet:

Die Kaninchenfilets von eventuell vorhandenen Häutchen befreien, waschen und trocken tupfen. In einer hohen Pfanne Olivenöl erhitzen, die zuvor gesalzenen und gepfefferten Filets einlegen und bei nicht zu großer Hitze rasch von allen Seiten anbraten. Sie werden dabei nur schwach Farbe annehmen. Im vorgeheizten Backofen warmstellen. Die weißen Zwiebeln fein schneiden, etwas Puderzucker in das Bratfett stäuben karamellisieren lassen. Zwiebel in den Karamell geben und hell anschwitzen. Den Rotwein angießen und stark einreduzieren lassen. Danach den Geflügelfond zugeben. Nachdem die Wacholderbeeren in einem Mörser angequetscht wurden, kommen sie in ein Teesäckchen und werden ebenfalls in die Pfanne gegeben. Diese schon sehr würzige Mischung wird nun ebenso eingekocht. Jetzt kommen die Himbeeren, sowie die Sahne in die Reduktion und köcheln noch eine Weile. Nachdem die Soße auf die Hälfte eingekocht ist, wird das Teesäckchen mit den Wacholderbeeren herausgenommen und die Soße durchpassiert, alternativ mit dem Schneidstab bearbeitet. Zum Schluss wird die Soße mit Salz und Cayennepfeffer abgeschmeckt.

Knöpfli:

Die Steinpilze putzen, in Scheiben schneiden und in einem Esslöffel Butter anbraten. Abkühlen lassen. Mehl, Griß, Eier, Wasser, Pfeffer und Salz in eine Schüssel geben, die Zutaten rasch abschlagen. Die abgekühlten Steinpilze fein hacken und unter den abgeschlagenen Teig heben. Einen großen Topf Wasser und Brühe erhitzen, salzen. Den Teig portionsweise auf ein Knöpflesieb geben und mit einer Teigkarte in siedendes Wasser streichen. Sobald die Knöpfli an die Oberfläche steigen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und warm stellen. Nach dem letzten Durchgang mit der restlichen Butter schwenken.

Alfons Schuhbeck am 26. September 2008

Pizza Orlando di Lasso mit Kaninchen-Rücken

Für 4 Personen

Teig:

250 g Mehl	125 ml Wasser	8 g Hefe
2 EL Olivenöl	5 g Salz	Mehl zum Ausrollen

Tomatensoße:

400 g Pizzatomen	0,5 Zehe Knoblauch	1 Prise Kräuter
6 EL Olivenöl, mild	1 EL Basilikum, frisch	10 Scheiben Mozzarella
Chili, gemahlen (mild)	Zucker	Salz
Pfeffer, schwarz		

Belag:

120 g Kabanossi	200 g Steinpilze, klein	1 Zitrone, unbehandelt
1 EL Petersilie, frisch	1 Artischocke, groß	2 Kaninchenrückenfilets
1 Zweig Rosmarin	5 Riesen-Garnelen	6 EL Olivenöl, mild
0,5 TL Scampigewürz	Chilisalzh, mild	Kümmel, gemahlen
Salz	Pfeffer	

Teig:

Das Mehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Mulde drücken. Fünf Esslöffel des Wassers leicht erwärmen, die Hefe darin auflösen, in die Mulde geben und mit etwas Mehl verrühren. Restliches Wasser, Olivenöl und Salz dazu geben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. In zwei Stücke teilen, zu Kugeln formen, mit Klarsichtfolie bedecken und 30 Minuten an einen warmen Ort gehen lassen. Den Teig mit etwas Mehl zu zwei großen runden Teigplatten ausrollen und Pizziformen von 28 Zentimeter damit auslegen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Tomatensoße:

Die Tomaten erhitzen, gehackten Knoblauch, italienische Kräuter und Olivenöl hinein mixen und mit Salz, Pfeffer, jeweils einer Prise Chili und Zucker würzen. Zuletzt das Basilikum hinein rühren. Die Tomatensoße auf dem Teig verteilen und dabei einen ein Zentimeter breiten Rand frei lassen. Die Mozzarellascheiben darauf legen und im vorgeheizten Backofen auf dem Pizzastein zehn Minuten backen.

Belag:

Die Kabanossi in dünne Scheiben schneiden. Etwas Schale der Zitrone abreiben. Die Steinpilze putzen und in einen halben Zentimeter breite Scheiben schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze in einem Esslöffel Öl anbräunen und mit Salz, Pfeffer, einer Prise Kümmel, Zitronenabrieb und Petersilie würzen. Die Artischocke zerkleinern. Den Kaninchenrücken bei milder Hitze in einer Pfanne in einem Esslöffel Öl rundherum etwa acht Minuten sanft braten. Nach einigen Minuten den Rosmarinzweig dazu geben. Salzen und pfeffern und schräg in dickere Scheiben schneiden. Die Garnelen schälen, entdarmen, halbieren und auf der Hautseite bei milder Hitze in einem Esslöffel Olivenöl ein bis zwei Minuten anbraten, bis sie sich etwas eindrehen. Dann wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und in weiteren ein bis zwei Minuten knackig durchziehen lassen. Mit Scampigewürz bestreuen, drei Esslöffel Olivenöl dazu geben und mit mildem Chilisalzh würzen. Die Pizza mit Fenchel, Steinpilzen, Artischocken, Kabanossi, Kaninchenrücken und Garnelen belegen.

Alfons Schuhbeck am 18. September 2009

Reh-Gröstl mit Eiszapfen

Für 4 Personen

Semmelknödel:

300 g Weißbrot, vom Vortag	170 ml Milch	3 Eier, M
0,25 Bund Petersilie	0,5 Zitrone, unbehandelt	Salz
Pfeffer	Muskatnuss	Majoran

Wildsoße:

1 kg Reh-Fleischknochen	2 Zwiebeln	1 Möhre
150 g Knollensellerie	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
300 ml Rotwein	1 EL Öl	2 l Geflügelbrühe
1 – 2 TL Speisestärke	0,5 TL Pimentkörner	1 Lorbeerblatt
0,5 Schote Vanille	1 TL Wacholderbeeren	1 Splitter Zimtrinde
0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 TL Schokoladensplitter
0,5 TL Preiselbeerkompott	1 EL Butter, kalt	Pfeffer
Salz		

Rehgröstl mit Eiszapfen:

500 g Kartoffeln, klein	1 TL Kümmel	1 Schote Chili
1 Lorbeerblatt	1 Zwiebel, klein	400 g Rehrücken, küchenfertig
1 Bund Frühlingzwiebeln	1 Bund Eiszapfen	1 Bund Minikarotten
150 g Rosenkohl	1 Birne	1 TL Puderzucker
1 EL Butter	2 EL Öl	2 Zehen Knoblauch
1 Prise Kümmel, gemahlen	1 Prise Majoran	2 EL Butter, gebräunt
0,25 Bund Petersilie	0,5 Schote Vanille, ohne Mark	0,5 Zitrone, unbehandelt
2 Scheiben Ingwer	Chilisalz, mild	Wildgewürz, gemahlen
Muskatnuss	Pfeffer, schwarz	Salz
Walnushälften		

Semmelknödel:

Die Zitronen-Schale abreiben. Das Weißbrot in dünne Scheiben schneiden. Die Milch einmal aufkochen, vom Herd nehmen und die Eier einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, über das Weißbrot gießen, zudecken und einige Minuten ausdampfen lassen. Die fein geschnittene Petersilie, Zitronenabrieb und etwas Majoran hinzufügen. Das Ganze zu einer glatten Knödelmasse verarbeiten. Mit nassen Händen acht Knödel daraus formen. In reichlich siedendes Salzwasser geben und etwa 15 bis 20 Minuten darin ziehen lassen. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Wildsoße:

Die Fleischknochen klein hacken, auf einem Blech verteilen und im vorgeheizten Backofen 30 Minuten rundherum bräunen. Das austretende Fett anschließend entfernen. Zwiebeln, Möhre und Knollensellerie schälen und in eineinhalb Zentimeter große Würfel schneiden. In einem Topf bei mittlerer Temperatur den Puderzucker karamellisieren, das Tomatenmark dazu geben, etwas mitschwitzen lassen und mit 100 Milliliter Rotwein auf zwei mal hinzufügen und jedes Mal sirupartig einköcheln lassen. Die Gemüswürfel separat in einer Pfanne im Öl anschwitzen und mit den Knochen in den Topf geben. Mit der Brühe auffüllen und das Ganze bei milder Hitze etwa zwei Stunden mehr ziehen als köcheln lassen. Die Soße durch ein Sieb gießen und auf etwa die Hälfte einköcheln lassen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser anrühren und in die kochende Soße rühren. Aus der Zitrone und der Orange jeweils einen Streifen Schale ausschneiden. Piment, Lorbeerblatt, Vanilleschote, leicht angedrückte Wacholderbeeren, Zimtrinde, Orangenschale und Zitronenschale einlegen, einige Minuten darin ziehen lassen und wieder entfernen. Mit etwas Zartbitterschokolade, Preiselbeerkompott, Salz und Pfeffer abschmecken und zum Schluss

die Butter hinein rühren.

Rehgröstl mit Eiszapfen:

Die Kartoffeln ungeschält in Salzwasser mit Kümmel, Chilischote und dem Lorbeerblatt weich kochen und abgießen. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Rehrücken in eineinhalb Zentimeter große Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen und halbieren. Die Eiszapfen schälen, längs halbieren, die Minikarotten putzen und schälen, den Rosenkohl putzen. Alle Gemüsesorten nacheinander in Salzwasser fast weich blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Birne vierteln, das Kernhaus entfernen und in dünne Spalten schneiden. In einer Pfanne bei milder Hitze den Puderzucker schmelzen lassen, die Birnenspalten auf beiden Seiten anbraten und die Butter zugeben. Die Kartoffeln halbieren, die Knödel halbieren und in Spalten schneiden. In einer Pfanne in einem Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze Kartoffeln und Knödel portionsweise anbraten. Die Zwiebeln hinzufügen und darin glasig anschwitzen. Eine halbierte Knoblauchzehe hinzufügen, mit Salz, Pfeffer, Kümmel, Majoran und Muskat würzen und einen Esslöffel braune Butter dazugeben. Knoblauch anschließend entfernen. Frisch geschnittene Petersilie hineinstreuen. Eine Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Einen Streifen Schale aus der Zitrone herausschneiden. Die Eiszapfen mit den Karotten in brauner Butter mit der Vanilleschote, der Zitronenschale, Knoblauch und Ingwer erhitzen. Frühlingszwiebeln und Rosenkohl dazu geben, erhitzen, anschließend die Gewürze entfernen und mit Chilisalz würzen. Den Rehrücken in einer Pfanne in einem Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze portionsweise anbraten und mit Salz und Wildgewürz würzen. Einen Esslöffel braune Butter dazu geben. Die Kartoffeln und Knödel mit der Soße auf warmen Tellern anrichten, die Rehrückenwürfel darauf anrichten und die Birnen mit dem Gemüse und den Walnüssen dazwischen stecken.

Alfons Schuhbeck am 19. Februar 2010

Reh-Rücken mit orientalischen Gewürzen

Für 4 Personen

Selleriepüree:

350 g Knollensellerie	100 g Sahne	50 g Butter, braun
Salz	Muskatnuss	Chilipulver

Rehrücken:

500 g Rehrückenfilet	1 EL Öl	4 EL Butter
2 TL orientalische Gewürze	Salz	

Gemüse:

10 Datteln, frisch	1 – 2 TL Butter	1 Prise arab. Kaffeegewürz
150 g Kürbis, eingelegt	Zimtrinde	Salz
Pfeffer		

Wildsoße:

250 ml Wildfond	50 ml Rotwein	Wildgewürz
Butter	Salz	Pfeffer
Kardamom	Piment	Nelke
Chili	Muskat	Walnüsse, schwarz (eingelegt)

Selleriepüree:

Sellerie putzen, schälen und würfeln. Sahne mit Salz würzen, erhitzen und den Sellerie darin zugedeckt 20 Minuten weich garen. Den Sellerie mit dem Kochsud in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer nicht fein pürieren. Die braune Butter unterrühren. Das Selleriepüree mit Salz, frisch geriebener Muskatnuss und nach Belieben Chilipulver abschmecken. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Rehrücken:

Ein Ofengitter in die mittlere Einschubleiste schieben und ein Abtropfblech darunter stellen. Das Rehrückenfilet in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl rundherum anbraten, auf das Ofengitter in den vorgeheizten Backofen legen und in etwa 40 Minuten rosa durchziehen lassen. Anschließend in einer Pfanne bei milder Hitze die Butter schmelzen lassen, die Gewürze dazu geben, salzen und das Fleisch darin wenden.

Gemüse:

Die Datteln häuten, halbieren und entkernen, den Kürbis abtropfen lassen. Datteln und Kürbis bei milder Hitze in etwas Butter erhitzen. Die Zimtrinde kurz dazu geben. Salzen, pfeffern und mit arabischem Kaffeegewürz abschmecken.

Wildsoße:

Wildfond und Rotwein einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Kardamom, Piment, Nelke, Chili, Muskat und Wildgewürzen abschmecken. Mit etwas Butter binden.

Anrichten:

Die Wildsoße auf Tellern verteilen, je zwei Nocken Selleriepüree daneben setzen, den Rehrücken aufschneiden und in die Mitte der Soße setzen. Das Gemüse außen herum verteilen und mit einigen Scheiben von schwarzen Nüssen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 23. Dezember 2008

Reh-Schnitzel in Wacholder-Rahm-Soße mit Sellerie-Püree

Für 2 Personen

4 Rehschnitzel, aus der Keule, a 70 g	250 g Knollensellerie	8 Rosenkohlköpfe
30 g kalte Butter	1 TL Puderzucker	1 TL Wacholderbeeren
1 TL Speisestärke	3 Körner Piment	1 TL Korianderkörner
1 TL schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	1 Muskatnuss
1 Splitter Zimtrinde	1 Zehe Knoblauch	2 Scheibe Ingwer
2 TL Öl	125 ml Gemüsefond	150 ml Geflügelfond
80 ml Rotwein	70 ml Sahne	Portwein, rot
Chilusalz	Salz	Pfeffer

Den Rosenkohl putzen und die einzelnen Blättchen abzupfen. In Salzwasser zwei Minuten blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Den Sellerie schälen und in ein Zentimeter große Würfel schneiden. Den Gemüsefond in einem kleinen Topf erhitzen, die Selleriestücke hineingeben und etwa zwanzig Minuten bei geschlossenem Deckel weich dünsten. Die Schnitzel zwischen zwei Blättern geölter Klarsichtfolie dünn klopfen. In einer Pfanne in zwei Teelöffel Öl auf beiden Seiten kurz anbräunen und aus der Pfanne nehmen. Den Bratensatz mit dem Puderzucker bestäuben, kurz karamellisieren lassen, mit einem Schuss Portwein und dem Rotwein ablöschen und weitgehend einkochen lassen. Den Geflügelfond und die Sahne in einen Topf geben und das Lorbeerblatt, die Wacholderbeeren, die Pimentkörner, die Pfefferkörner, die Korianderkörner, die Zimtrinde und das Chilusalz hinzufügen. Die Speisestärke mit ein wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Flüssigkeit rühren und zwei Minuten leicht köcheln lassen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden, den Ingwer schälen und eine Scheibe abschneiden. Beides in die Soße legen, ein paar Minuten ziehen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Soße durch ein Sieb passieren und die Schnitzel darin erwärmen. Den Sellerie abgießen, in einem Mixer pürieren, dabei nur so viel Kochflüssigkeit wie nötig hinzufügen und die Butter dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Die Rehschnitzel auf einem Teller anrichten. Das Selleriepüree dazugeben und mit der Soße garnieren.

Alfons Schuhbeck am 30. Dezember 2010

Wurst-Schinken

Fingerfood auf Salatbett

Für 4 Personen

Gorgonzola-Walnüsse:

200 g Walnüsse, ganz 100 g Gorgonzola

Pflaumen im Speckmantel:

200 g Mandeln, süß 300 g Frühstücksschinken 200 g Backpflaumen

Tomatenbutter:

200 g Tomatenmark 250 g Butter 1 Topf Basilikum

Salz Pfeffer Zucker

Thunfischpaste:

200 g Thunfisch 1 Maiskolben 100 g Mayonnaise

1 Bund Petersilie 100 g Schmand 1 Orange, unbehandelt

Chili Salz Pfeffer

1 Baguette

Salat:

100 ml Sahne 3 Salatherzen 1 Zitrone

1 TL Curry, exotisch

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Gorgonzola-Walnüsse:

Zwei Walnusshälften mit Gorgonzola verbinden und auf dem Blech im vorgeheizten Backofen fünf Minuten backen. Pflaumen im Speckmantel: Backpflaumen mit Mandeln füllen und in Schinken einrollen. Auf dem Blech im vorgeheizten Backofen fünf Minuten backen.

Tomatenbutter:

Tomatenmark, Butter und Basilikum mischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.

Thunfischpaste:

Thunfisch mit Mayonnaise und Schmand mischen, salzen. Pfeffer und Chili zugeben. Mais pürieren und untermischen. Schale der Orange abreiben und den Saft auspressen. Den Abrieb und etwas Saft zu der Paste geben. Zum Schluss gehackte Petersilie zugeben. Das Baguette in Scheiben schneiden und kurz im Ofen kross backen. Die Baguettescheiben mit der Tomatenbutter und der Thunfischpaste bestreichen.

Salat:

Die Salatherzen putzen und in feine Streifen schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen. Sahne, Zitronensaft und Curry mit dem Pürierstab mixen und kurz vor dem Servieren über den Salat geben. Fingerfood auf dem Salat anrichten oder den Salat einfach nur dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 28. November 2008

Himmel-und-Erde 2010 mit Blutwurst

Für 4 Personen

Kartoffel-Püree:

0,5 kg Kartoffeln, mehlig	0,5 TL Kümmel, ganz	125 ml Milch
1 EL Butter	1 EL Butter, braun	0,5 Orange
Apfelmus	Muskatnuss	Salz

Rahmkraut:

500 g Sauerkraut	1 Lorbeerblatt	50 g Sahne
2 EL Butter	Chili	Salz

Röstzwiebelsoße:

2 Zwiebeln	3 EL Butter	300 ml Kalbsfond
1 Lorbeerblatt	2 TL Speisestärke	1 Zehe Knoblauch
1 Scheibe Ingwer	0,5 Zitrone	Majoran, getrocknet
Pfeffer, schwarz	Salz	

Blutwurst:

400g Blutwurst	2 Eier	50 g doppelgriffiges Mehl
100 g Weißbrotbrösel		

Apfelspalten:

1 Apfel, rotbackig	1 – 2 TL Puderzucker	1 EL Butter
--------------------	----------------------	-------------

Kräutersalat:

20 g Kräuterblätter	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 EL Olivenöl
Pfeffer	Salz	

Kartoffel-Püree:

Die Schale der Orange abreiben. Die Kartoffeln waschen, in Salzwasser mit Kümmel weich kochen, heiß schälen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Milch erhitzen und mit einem Kochlöffel in die passierten Kartoffeln rühren. Butter und braune Butter hinzufügen und mit Salz, Muskatnuss, Orangenabrieb und etwas Apfelmus würzen.

Rahmkraut:

Das Sauerkraut kurz waschen, damit es etwas an Säure verliert. In einem Topf circa eineinhalb Stunden ziehen lassen. Nach einer Stunde das Lorbeerblatt hinzufügen. Mit der Sahne verfeinern und mit Salz und Chili abschmecken. Butter unterrühren.

Röstzwiebelsoße:

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln und in zwei Esslöffel Butter mittelbraun anrösten. Den Kalbsfond mit einem Lorbeerblatt dazugeben und auf die Hälfte einköcheln lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Die Soße damit sämig binden. Die Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Knoblauchscheibe, Ingwer, Zitronenschale und Majoran dazugeben, einige Minuten darin ziehen lassen, die ganzen Gewürze anschließend entfernen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Blutwurst:

Die Blutwurst in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Eier verquirlen und in einen tiefen Teller füllen. Die Blutwurstscheiben nacheinander zuerst im Mehl wenden, dabei überschüssiges Mehl abklopfen, dann durch die Eier-Sahne-Mischung ziehen und zum Schluss in den Weißbrotbröseln wenden, ohne diese zu fest anzudrücken. Die panierten Blutwurstscheiben in einer Pfanne in reichlich Öl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten braten, anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Apfelspalten:

Den Apfel waschen, vierteln und in schmale Spalten schneiden. In einer Pfanne bei milder Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, die Apfelspalten darin auf beiden Seiten anbräunen und die Butter hinein schmelzen lassen.

Kräutersalat:

Saft der Zitrone auspressen, etwas Schale abreiben. Etwa einen Teelöffel Zitronensaft, eine Messerspitze Zitronenabrieb und Olivenöl vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuterblätter damit marinieren. Einen Ring auf einen warmen Teller setzen. Zweidrittel voll mit Kartoffel-Püree füllen, darauf die Blutwurst füllen und den Rind abziehen, obenauf den Kräutersalat setzen. Außen herum die Apfelspalten legen und die Röstzwiebelsoße verteilen.

Alfons Schuhbeck am 03. September 2010

Index

- Apfel, 6, 7, 10, 19, 74
Aprikosen, 7
Artischocke, 36, 105
Aubergine, 36
Avocado, 28, 30, 72
- Balsamico, 80
Bauch, 77
Beeren, 16
Birnen, 6, 14, 15
Biskuit, 14
Blutwurst, 113
Bohnen, 38, 58
Bouillabaisse, 35
Brät, 52, 53
Braten, 77
Bratklops, 48, 49
Bries, 53
Brokkoli, 69, 99
Butter, 80–85
- Chili, 80–82, 84, 85
Couscous, 54, 59, 60
Crêpe, 22
Crème, 7, 12, 19, 20
Croutons, 91, 95
Curry, 82, 99
- Eier, 74
Eis, 17
Enten-Brust, 43, 45, 46
Erbsen, 28, 99, 104
Erdbeeren, 7, 20
- Fenchel, 27, 33, 34, 81, 89
Filet, 54, 58, 68, 69, 76, 78
Fisch, 72, 85, 89, 95
Fisch-Filet, 34
Fleisch, 72, 88, 93
Früchte, 10, 11, 16
- Garnelen, 63, 102
Geflügel, 73, 90, 93
Grünkohl, 76
- Granatapfel, 12
Graupen, 93
Gurke, 25, 48, 73
- Hähnchen-Brust, 44
Hühnchen, 41, 44
Hühner-Brust, 40, 41, 43–46
Himbeeren, 6, 7, 10, 14, 17
Himmel-und-Erde, 113
- Jakobsmuscheln, 62
Johannisbeeren, 22
- Käse, 98
Kürbis, 42, 45, 68, 74, 82, 91, 92, 108
Kabeljau-Filet, 35
Kalb, 48, 49
Kaninchen-Filet, 104
Kaninchen-Rücken, 105
Kartoffel, 99
Kartoffeln, 3, 73
Knoblauch, 80, 82–85
Kohlrabi, 90
Kokos, 90, 91
Kotelett, 56
Kräuter, 81, 85
Kraut, 78
Kuchen, 6, 10
- Lachs, 30
Lachs-Filet, 24, 25, 28, 35
Lachs-Forelle, 29
Lasagne, 11
Lauch, 90
Limette, 80
Linsen, 3, 26
- Möhren, 3, 26, 27, 34, 66, 69, 78, 89, 93, 106
Mandeln, 6, 19
Mango, 12, 72
Mangold, 63, 102
Mascarpone, 15
Medaillons, 78
Mousse, 21

Nudeln, 64
 Obst, 80, 82–85
 Orangen, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 16, 19, 20
 Paprika, 59, 76, 91
 Pastinaken, 46
 Perlhuhn-Brust, 42
 Pfannkuchen, 17
 Pfeffer, 80, 81
 Pilze, 49, 52, 57, 69, 90, 104, 105
 Porree, 68
 Quark, 7
 Räucherfisch, 26
 Rücken, 57–60
 Radieschen, 52, 72
 Reh-Rücken, 106, 108
 Reh-Schnitzel, 109
 Reis, 19, 44
 Rettich, 66, 74
 Rind, 88, 92
 Rosenkohl, 106, 109
 Rostbraten, 69
 Rotbarbe, 35
 Rote-Bete, 74
 Rotwein, 80, 83–85
 Safran, 84
 Salat, 112
 Sauerkraut, 2, 77, 113
 Schinken, 112
 Schoten, 46, 99
 Schulter, 66
 Seeteufel, 31, 32
 Seezunge, 33
 Sellerie, 3, 26, 66, 78, 89, 94, 99, 106, 108,
 109
 sonstige, 2
 Spargel, 29, 34, 43, 57, 95
 Speck, 88, 93
 Spinat, 29, 41, 62, 63, 99, 102
 Steak, 54
 Strudel, 8, 11, 13, 14
 Suppe, 16, 20
 Tomaten, 85
 Vanille, 80, 84, 85
 Vegan, 99
 Venusmuscheln, 64
 Waffeln, 10
 Wein, 81, 84, 85
 Wild, 83–85, 106, 108, 109
 Wirsing, 66
 Wolfsbarsch, 36–38
 Wurst, 89, 94
 Zander-Filet, 25, 27
 Zucchini, 36, 89, 93, 99