

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Alfons Schuhbeck

2011-2012

113 Rezepte

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

Inhalt

Beilagen	1
Gewürz-Risotto	2
Italienisches Kartoffel-Gemüse	2
Karamellisierter Spitzkohl	3
Linsen-Grünkohl-Gemüse	3
Rahm-Spinat	4
Speck-Knödel	4
Wirsing	5
Dessert	7
Bratapfel-Ragout , Rum-Rosinen-Eis, Granatapfel-Kerne	8
Crêpe mit Vanille-Äpfeln und Preiselbeer-Soße	9
Crêpe Suzette Marrakech	10
Crêpes mit Soße aus Rosenwasser, Anis-Likör, Orange	11
Gebratener Gewürz-Kuchen, Mango-Chili-Sorbet	12
Juwelen-Milch-Reis	13
Limoncello-Tiramisu mit Himbeeren	14
Marillen-Knödel mit Pralinen-Soße und Haselnuss-Eis	15
Orientalische Patisserie	17
Pralinen-Mousse mit Mangostanen-Salat	19
Schokoladen-Kuchen mit Ingwer und Himbeer-Sabayon	20
Schokoladen-Mousse auf Himbeer-Granatapfel-Soße, Quitten	21
Schwarzwälder Kirsch-Törtchen	22
Zwetschgen-Suppe, Topfen-Schaum, Zimt-Strudel-Blättern	24

Fisch	25
Bouillabaisse	26
Forelle blau, Meerrettich-Soße, Petersilien-Kartoffeln	27
Gefüllter Bach-Saibling auf Kartoffel-Dill-Soße	28
Kabeljau-Filet auf einem Gewürz-Risotto	30
Lauwarmer Brot-Salat mit Seeteufel und Roter-Bete-Soße	31
Seezunge im Safran-Gewürz-Sud mit Kaviar	33
Waller aus dem Wurzel-Sud mit Meerrettich-Senf-Soße	34
Zander aus dem Ofen mit Grünkohl und Karotten-Ingwer-Soße	35
Zander-Filet auf Apfel-Ingwer-Wirsing und Rote Bete	36
Geflügel	37
Alm-Hähnchen im Bauern-Brot auf Champagner-Chili-Kraut	38
Alm-Hähnchen	39
Backhendl, Kartoffel-Spargel-Gröstl, Zitronen-Dip	40
Gebackene Hähnchen-Brust	41
Hähnchen-Brust in Parmesan-Kardamom-Hülle	41
Hähnchen-Curry mit Basmatireis	42
Hähnchen-Frikassee mit Fluss-Krebsen in Safran-Soße	43
Kräuter-Hähnchen-Brust mit italienischem Kartoffel-Gemüse	44
Kräuter-Hähnchen-Brust mit Kürbis-Paprika-Soße	45
Zitronen-Kardamom-Hähnchen auf Avocado-Tomaten-Salat	46
Hack	47
Orientalische Lamm-Bällchen und Hähnchen-Brust	48
Innereien	51
Glasierte Geflügel-Leber mit lauwarmem Kraut-Salat	52
Kalb	55
Crépinette vom Kalb-Filet, Minz-Spinat und Rotwein-Butter	56
Gesurte Kalb-Haxe auf Chili-Rahm-Kraut	57
Kalb-Haxe mit Bohnen-Dill-Gemüse	58
Kalb-Medaillons mit Grünkohl und Kürbis-Paprika-Soße	59

Lamm	61
Flambierter Lamm-Rücken im orientalischen Gewürz-Mantel	62
Lamm-Rücken auf Bohnenkraut-Polenta mit Tomaten	63
Lamm-Rücken auf Kraut-Fleckerl mit Spitzpaprika	64
Lamm-Rücken mit karamellisiertem Spitzkohl	65
Lamm-Schnitzel auf Spargel-Gemüse mit Minz-Joghurt	66
Lamm-Schulter mit Spargel	67
Lamm-Spießchen mit Tzatziki und Okra-Schoten	68
Rind	69
Boeuf bourguignon	70
Ein Teller für zwei	71
Herren-Gulasch von Rinder-Filet	73
Porterhouse-Steak mit Barbecue-Soße und Cesar Salad	75
Rinder-Gulasch mit Speck-Knödeln	77
Rinder-Lende mit Zatar-Gemüse und Knoblauch-Soße	78
Rinder-Roulade mit Gemüse und Schinken	79
Zwiebel-Rostbraten mit Sellerie-Püree	80
Salat	81
Avocado-Tomaten-Salat	82
Herbstlicher Gemüse-Salat mit Gewürz-Hähnchen	83
Lauwarmer Kraut-Salat	84
Lauwarmer Salat mit Spargel und Karotten	84
Schwarzwurzel-Salat mit Mohn und Reh-Filet	85
Spargel-Salat in Champagner-Safran-Vinaigrette mit Lachs	86
Schwein	87
Schweine-Filet mit Senf-Soße, Bohnen-Pfifferling-Gemüse	88
Schweine-Medaillons auf Weißkraut mit Pfifferlingen	89

Soßen	91
Barbecue-Soße	92
Karotten-Koriander-Soße	92
Kartoffel-Dill-Soße	92
Lamm-Soße	93
Remoulade	93
Rote-Bete-Soße	93
Schokoladen-Soße	94
Tamarinden-Soße	94
Suppen	95
Gazpacho mit gefülltem Seeteufel	96
Karotten-Ingwer-Suppe mit karamellisierten Apfel-Spalten	97
Kartoffel-Bärlauch-Suppe mit knusprigen Weißbrot-Würfeln	97
Kartoffel-Suppe mit schwarzem Knoblauch und Fenchel	98
Kopfsalat-Erbсен-Suppe mit Minze	98
Kräuter-Suppe mit Lachs aus dem Ofen	99
Kürbis-Paprika-Suppe mit Zander-Würfeln	99
Kürbis-Suppe mit Orange und Reh-Pflanzerl	100
Schwarzwurzel-Suppe mit Saibling, Feld-Salat, Liebstöckel	101
Sellerie-Suppe mit Zimt-Äpfeln und Walnüssen	102
Vegetarisch	103
Gebackenes, pochirtes Ei auf Dill-Koriander-Spinat	104
Verschiedenes	105
Rum-Eis	106
Vorspeisen	107
Arabisches Fladenbrot auf Artischocken-Feigen-Salat	108
Auberginen-Scheiben mit Garnelen und mariniertem Gemüse	109
Backhendl mit Kartoffel-Vogerl-Salat und Speck-Krusteln	110
Brezen-Knödel-Salat mit Spargel	111
Brotzeit	112

Forelle mit Krebs-Schwänzen, Portulak, Radieschen	114
Garnelen-Pflanzerl auf Grünkohl-Mango-Salat	116
Gebackener Zander auf Rote-Bete-Soße mit Karotte	117
Gebratene Jakobsmuscheln auf Dattel-Lauch-Salat	118
Gebratener Spargel-Salat mit Lachs-Tatar	119
Lachs mit Salat von Äpfeln, Radieserl und Avocados	120
Langostinos mit Mango, Spargel und Minz-Limetten-Joghurt	121
Lauwarmer Salat, Krebschwänze, Gewürz-Kräuter-Butter	122
Piroggen auf Kopfsalat mit Dill	123
Reh-Rücken auf Sellerie, Birne und Pfifferlinge	124
Rote-Bete-Carpaccio mit Orangen-Blüten-Creme und Kabeljau	125
Shakshuka	126
Vitello tonnato	127
Zweierlei vom Tatar	128
Wild	131
Australian Barbecue	132
Reh-Brezen-Gröstel mit Trompetenpilzen und Rosenkohl	134
Reh-Rücken auf orientalischem Milch-Reis, Mandel-Wirsing	135
Wurst-Schinken	137
Blutwurst-Teller	138
Weißwurst-Radeln, Kalbszünge, Linsen-Grünkohl-Gemüse	139
Index	140

Beilagen

Gewürz-Risotto

Für 4 Personen

0,5 Zwiebel, klein	1 EL Olivenöl	150 g Risottoreis
3 EL Weißwein	0,5 l Geflügelbrühe	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Zehe Knoblauch	0,5 Döschen Safran	2 Scheiben Ingwer
0,25 Vanilleschote	50 g Nussmischung	1 EL Butter
Cayennepfeffer	Salz	

Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem breiten Topf bei milder Hitze in dem Olivenöl glasig anschwitzen. Den Reis dazu geben und solange mitschwitzen lassen, bis die Reiskörner heiß sind. Mit dem Weißwein ablöschen, einköcheln lassen und etwas heiße Geflügelbrühe aufgießen. Unter häufigem Rühren immer wieder etwas Flüssigkeit zugeben und vom Reis aufsaugen lassen, bis die Reiskörner nach 15 bis 20 Minuten weich sind, aber noch Biss haben. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Nach gut 15 Minuten Safran, Knoblauch, Ingwer, ausgekratzte Vanilleschote und Zitronenschale mit in das Risotto geben. Sobald der Reis fertig ist, alle ganzen Gewürze wieder entfernen. Die grob gehackten Nüsse mit der Butter darunter ziehen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

Alfons Schuhbeck am 01. Juli 2011

Italienisches Kartoffel-Gemüse

Für 2 Personen

200 g feste Kartoffeln	1 Strauchtomate	1 Zwiebel
50 g Zucchini	1 unbehandelte Zitrone	1 Knoblauchzehe
1 EL grüne Oliven	1 EL schwarze Oliven	1 TL Puderzucker
0,5 EL Tomatenmark	125 ml Gemüsefond	1 Lorbeerblatt
0,5 Bund Basilikum	1 EL mildes Olivenöl	Chiliflocken, Salz

Die Kartoffeln schälen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und halbieren. 200 Milliliter des Gemüsefonds in einem Topf erhitzen und die Kartoffelwürfel mit dem Lorbeerblatt und der halben Knoblauchzehe in dem Fond 20 Minuten kochen, bis sie weich sind. Anschließend das Lorbeerblatt und den Knoblauch entfernen, über einem Sieb abgießen und den Fond aufbewahren. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Tomate entstrunken, die Oberfläche über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, in kaltem Wasser abschrecken, enthäuten und würfeln. Die Schalotte abziehen und klein würfeln. Die Zucchini von den Enden befreien und in 0,5 zentimetergroße Würfel schneiden. Die Oliven vierteln. Eine Zeste von der Zitrone reiben. Die Basilikumblätter abzupfen und klein hacken. In einem Topf bei mittlerer Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, das Tomatenmark hineinrühren, kurz darin anbraten, die Zwiebeln und das Olivenöl hinzufügen und darin etwas anschwitzen. 125 Milliliter Gemüsefond dazugeben und kurz etwas köcheln lassen. Anschließend die Kartoffel- und Zucchiniwürfel mit der Zitronenschale dazugeben und etwa zwei Minuten darin köcheln lassen. Danach die Tomatenwürfel mit den Oliven dazugeben, nochmals alles erhitzen und mit Salz und Chiliflocken würzen.

Alfons Schuhbeck am 24. Februar 2011

Karamellisierter Spitzkohl

Für 4 Personen

700 g Spitzkohl	1 Zwiebel, mittelgroß	1 Karotte
1 Sellerie	0,5 Apfel	1 TL Puderzucker
100 ml Weißwein	150 ml Apfelsaft	1 Schote Vanille
20 g Walnüsse	20 g Pistazien	4 Datteln
1 TL Dillspitzen	Ingwer, Chilisalز	Sahne, Kümmel

Den Spitzkohl entstrunken, vierteln, in einzelne Blätter teilen und in drei Zentimeter große Rauten schneiden. Zwiebel, Karotte, Sellerie und Apfel schälen, den Apfel entkernen. Alles in kleine Würfel schneiden. Den Puderzucker in einen breiten Topf stäuben und bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Zwiebel-, Karotten- und Selleriewürfel und Spitzkohl dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein und Apfelsaft ablöschen und etwas einreduzieren lassen. Den Spitzkohl bei milder Hitze in acht bis zehn Minuten weich dünsten. Nach circa fünf Minuten die Apfelwürfel unterziehen. Die Sahne in einen kleinen Topf geben und einreduzieren lassen. Unter den Spitzkohl ziehen und mit Kümmel, der Vanilleschote, Ingwer und Chilisalز würzen. Die Nüsse sowie die in Streifen geschnittenen Datteln unterrühren und mit den fein gehackten Dillspitzen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 02. Dezember 2011

Linsen-Grünkohl-Gemüse

Für 4 Personen

150 g Berglinsen, klein, grün	30 g Karotte	30 g Lauch
0,5 Zwiebel	30 g Knollensellerie	1 EL Öl
1 EL Tomatenmark	80 ml Rotwein, kräftig	500 ml Geflügelbrühe
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt	1 Lorbeerblatt
1 Zimtsplitter	2 Scheiben Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 EL Butter, kalt	2 EL Butter, braun	1 Prise Majoran
1 Prise Chili, mild, gemahlen	0,5 – 1 EL Balsamicoessig, mild	2 Blätter Grünkohl
Chilisalز, mild	Salz	

Die Linsen zwei Stunden in Wasser einweichen, danach abtropfen lassen. Karotte, Lauch, Zwiebel und Sellerie putzen und in kleine Würfel schneiden. Das ganze Gemüse, bis auf die Lauchwürfel, in einem Topf im Öl bei milder Hitze glasig anschwitzen. Das Tomatenmark hinein rühren und mitschwitzen lassen. Die eingeweichten Linsen dazu geben, mit Rotwein ablöschen und etwas einköcheln lassen. Mit der Brühe auffüllen und 45 bis 50 Minuten mehr ziehen als köcheln lassen. Die Schale der Zitrone und Orange abreiben. Nach einer Viertelstunde das Lorbeerblatt einlegen. Gegen Ende der Garzeit den Lauch, Zitronen- und Orangenabrieb, Zimtsplitter, Knoblauch und Ingwer dazu geben, einige Minuten ziehen lassen und zum Schluss entfernen. Die kalte Butter und einen Esslöffel braune Butter hinein rühren und mit Salz, Majoran, Chili und Essig abschmecken. Inzwischen den Grünkohl waschen, die feinen Blättchen zwischen den Blattrippen heraus zupfen und in Salzwasser einige Minuten bissfest kochen. Kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kurz vor dem Anrichten in einem kleinen Topf mit einem Esslöffel brauner Butter erwärmen und mit Chilisalز würzen.

Alfons Schuhbeck am 20. Januar 2012

Rahm-Spinat

Für 4 Personen

500 g Blattspinat	300 g Dill, Kerbel, Korianderblätter	250 g Sahne
2 EL Butter	1 Vanilleschote	2 EL Butter, braun
Muskatnuss	Cayennepfeffer	Salz

Die Spinatblätter von den Stielen zupfen. Die Blätter in Salzwasser etwa drei Minuten kochen, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Dill, Kerbel und Korianderblätter waschen und trocken schleudern. Mit den Händen das überschüssige Wasser aus dem Spinat drücken, und etwas zerkleinern. Die Sahne erhitzen und mit dem Spinat und Butter in einem Mixer pürieren. In einen kleinen Topf füllen, Vanille einlegen, sanft erhitzen, die braune Butter hinein rühren und mit Salz, Muskatnuss und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Schluss die Kräuterblätter grob schneiden und kurz untermixen.

Tipp:

Nach Geschmack kann der Rahmspinat noch mit etwas Chili, Knoblauch, Ingwer, Kreuzkümmel und Korianderkörnern abgeschmeckt werden.

Alfons Schuhbeck am 27. Mai 2011

Speck-Knödel

Für vier Personen

0,5 Zwiebel	200 g Bauchspeck	1 – 2 EL Öl
300 g Semmeln	400 ml Milch	4 Eier, M
0,25 Bund Petersilie	Pfeffer, Salz	Muskatnuss

Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in Öl glasig anschwitzen. Den Speck in kleine Würfel schneiden und in etwas Öl knusprig braun braten. Die Semmeln in dünne Scheiben schneiden. Die Milch einmal aufkochen, vom Herd ziehen und in die Eier rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, über das Weißbrot gießen, zudecken und einige Minuten ausdampfen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, die Zwiebeln mit Speck und geschnittener Petersilie hinzufügen und das Ganze zu einer glatten Knödelmasse verarbeiten. Vier Blätter starke Alufolie jeweils mit Klarsichtfolie belegen. Die Knödelmasse darauf zu länglichen Rollen von etwa drei Zentimetern Durchmesser formen. Erst in die Klarsichtfolie einrollen, dann in die Alufolie einwickeln. Die Enden der Alufolie erst etwas andrücken, dann drehen, so dass eine formschöne Rolle entsteht. Die Knödelrollen in einem entsprechend großen Topf mit leicht siedendem Wasser etwa 30 Minuten garen. Aus dem Wasser heben, aus der Folie wickeln und heiß in Scheiben schneiden

Alfons Schuhbeck am 28. Dezember 2012

Wirsing

Für 4 Personen

0,5 Kopf Wirsing	1 Apfel, rotbackig	2 EL Ingwer, eingelegt
2 EL Butter	100 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
1 EL Butter, braun	Pfeffer, Chilipulver, mild	Muskatnuss, Salz

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, anschließend in Rauten schneiden oder klein hacken. Den Apfel waschen, vierteln und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. Den Ingwer in feine Streifen schneiden. Die Apfelwürfel in einer Pfanne in einem Esslöffel Butter bei milder Hitze zwei Minuten andünsten. Brühe und Sahne mit dem blanchierten Wirsing und dem Ingwer in die Pfanne geben und erhitzen. Die übrige Butter (einen Esslöffel) mit der braunen Butter hineinrühren und mit Salz, Pfeffer, Chili und etwas Muskatnuss würzen.

Alfons Schuhbeck am 16. Dezember 2011

Dessert

Bratapfel-Ragout, Rum-Rosinen-Eis, Granatapfel-Kerne

Für 4 Personen

Eis:

2 Vanilleschote	500 ml Milch	500 g Sahne
180 g Zucker	10 Eier	Rum, braun, Salz

Himbeersoße:

0,5 Zitrone	100 g Himbeeren	1 EL Puderzucker
-------------	-----------------	------------------

Bratapfel:

300 ml Apfelsaft	0,5 Orange, unbehandelt	2 Äpfel, a 200 – 300 g
0,5 Vanilleschote	1 Splitter Zimtrinde	5 Kardamomkapseln
80 g Marzipanrohmasse	2 EL Butter, braun	Chiliflocken, mild

Sabayon:

0,5 Blatt Gelatine	0,5 Zitrone	120 ml Weißwein, trocken
60 g Zucker	4 Eier	4 EL Sahne, geschlagen
2 EL Granatapfelkerne	2 EL Rumrosinen	

Für das Eis die Vanilleschoten längs halbieren, das Mark auskratzen. Milch, Sahne, die Hälfte des Zuckers, das Vanillemark und die Vanilleschoten in einen Topf geben und aufkochen lassen. Währenddessen einen kleinen Topf mit drei Zentimeter hoch Wasser befüllen und aufkochen lassen. Sechs Eigelb und vier Eier mit dem übrigen Zucker mit einer Prise Salz in einem Schlagkessel mit einem Schneebesen hell-schaumig aufschlagen. Die kochende Vanillemilch unter Rühren nach und 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 etwa 75 Grad erhitzen und sofort durch ein Sieb gießen, so bleiben die Vanilleschoten zurück und die Soße kühlt gleichzeitig etwas ab. Mit einem Schuss Rum abschmecken. Auskühlen lassen und in einer Eismaschine zu einem cremigen Eis frieren. In einen vorgefrosten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Gebrauch in den Froster stellen. Für die Himbeersoße einige Tropfen Saft der Zitrone auspressen. Die Himbeeren mit Puderzucker und Zitronensaft pürieren und durch ein Sieb streichen. Für den Bratapfel den Apfelsaft auf die Hälfte einköcheln lassen. Einen Streifen Schale aus der Orange heraus-schneiden. Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Die Apfelspalten mit der ausgekratzten Vanilleschote, Zimt, Kardamom, Orangenschale und einer Prise Chiliflocken in den Apfelsaft geben und einige Minuten darin köcheln lassen, bis die Apfelstücke glasig sind. Die Gewürze wieder entfernen und den Apfelsaft abgießen. Braune Butter und Marzipan hinein mixen und zu den Apfelstücken geben. Für die Sabayon die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Für das Wasserbad etwa drei Zentimeter hoch Wasser einfüllen und zum Kochen bringen. Etwa einen Esslöffel Saft der Zitrone auspressen. Den Weißwein mit Zucker, Eigelb und Zitronensaft in einem Schlagkessel verrühren. Auf den Wasserdampf setzen und mit einem feinmaschigen Schneebesen schlagen, bis ein feinporiger, sämiger Schaum entsteht, der maximal eine Temperatur von 75 Grad erreichen sollte. Die Gelatine ausdrücken und unter die warme Schaummasse rühren. Auf Eiswasser kalt schlagen und erst jetzt die Schlagsahne unterheben. Anrichten: Die Apfelstücke auf die Soße legen, die Sabayon außen herum ziehen, mit der Himbeersoße beträufeln, mit den Granatapfelkernen bestreuen, eine Kugel Rumeis daneben setzen und mit Rumrosinen bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 04. Februar 2011

Crêpe mit Vanille-Äpfeln und Preiselbeer-Soße

Für 2 Personen

60 g Mehl	1,5 EL Puderzucker	1 Prise Zucker
1 EL Butter	5 EL braune Butter	2 kleine Eier
2 kleine Äpfel	1 Orange	1 Zitrone
4 Minzblättchen	50 g Ingwer	1 Vanilleschote
1 Splitter Zimtrinde	2 EL Preiselbeerkompott	5 EL Apfelsaft
1 EL Calvados	80 ml Rotwein	150 ml Milch

Drei Esslöffel braune Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Orange waschen und etwas von der Schale abreiben. Aus dem Abrieb, der Milch, dem Mehl, der zerlassenen Butter und einer Prise Salz einen glatten Crêpeteig rühren, durch ein Sieb gießen und 30 Minuten ruhen lassen. Einen Esslöffel braune Butter in einer Pfanne zerlassen und aus dem Crêpeteig vier dünne Pfannkuchen darin backen. Eine Pfanne erhitzen und einen Esslöffel Puderzucker darin karamellisieren. Die Zitrone und die Orange waschen. Die Äpfel waschen, schälen, vierteln, entkernen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Anschließend die Apfelwürfel in der braunen Butter anschwitzen. Eine halbe Vanilleschote, den Zimt und je einen Streifen Zitronen- und Orangenschale zu den Äpfeln geben. Mit dem Apfelsaft ablöschen, einköcheln lassen, den Calvados und einen Esslöffel Butter dazugeben und mit einer Prise Zucker nachwürzen. Alles auskühlen lassen und die Vanilleschote wieder aus der Pfanne entfernen. Einen Teelöffel Puderzucker in einem kleinen Topf hell karamellisieren, mit dem Rotwein ablöschen und auf ein Viertel einreduzieren lassen. Das Preiselbeerkompott dazugeben und mit einer Messerspitze Orangenabrieb würzen. Den Ingwer schälen, raspeln und ebenfalls eine Messerspitze zum Preiselbeerkompott geben. Die Crêpes mit den Vanilleäpfeln füllen, zu Dreiecken legen und mit der Preiselbeersauce anrichten. Mit etwas Puderzucker bestäuben, mit zwei Blättchen Minze garnieren und servieren.

Alfons Schuhbeck am 23. September 2011

Crêpe Suzette Marrakech

Für 4 Personen

Crêpes:

0,5 Orange, unbehandelt	3 Eier	300 ml Milch
100 g Mehl	50 g Butter, flüssig, warm	Butter für die Pfanne
Salz		

Orangen:

7 Orangen	1 TL Puderzucker	1 Msp. Vanillemark
2 EL Zucker	40 g Butterflöckchen, kalt	2 cl Orangenlikör
2 Rosen, kandiert, essbar	1 Granatapfel	100 g Pistazien
Apfelkuchengewürz		

Crêpes:

Die Schale der Orange abreiben. Eier, Milch, Mehl, Salz, Orangenschale und Butter zu einem glatten Teig verrühren, durch ein Sieb gießen und 30 Minuten ruhen lassen.

Orangen:

Drei Orangen mit einem Messer schälen, so dass auch das Weiße entfernt ist und die Filets herauslösen. Den Saft der filetierten Orangen ausdrücken und den Saft der anderen Orangen hinzufügen. In einer Pfanne den Puderzucker hell karamellisieren. Mit dem Orangensaft ablöschen, das Vanillemark mit dem Zucker hinzufügen und bei kleiner Hitze um ein Drittel einreduzieren. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Butter in kleinen Flöckchen hinein rühren, die Orangenfilets und eine Messerspitze Apfelkuchengewürz hinein geben und darin erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen. In einer beschichteten Pfanne etwas Butter erhitzen und aus dem Crêpesteig nacheinander acht dünne Pfannkuchen backen. Die Crêpes zu Dreiecken zusammenfalten, in die Soße legen, dabei einmal wenden. In einer Kelle den Orangenlikör anzünden und über die Crêpes gießen. Auf warmen Tellern anrichten. Auf warmen Tellern anrichten und mit den kandierten Rosen, einigen Granatapfelkernen und Pistazien garnieren. Nach Belieben eine Nocke Pistazieneis daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 04. November 2011

Crêpes mit Soße aus Rosenwasser, Anis-Likör, Orange

Für vier Personen

Crêpes:

0,5 Orange, unbehandelt	3 Eier	250 ml Milch
100 g Mehl	50 g Butter, flüssig, warm	1 EL Rosenwasser
Öl, Salz		

Soße:

7 Orangen	1 Blatt Gelatine	1 Granatapfel, klein
1 – 2 EL Honig	1 Msp. Vanillemark	0,5 Stange Zimt
40 g Butterflöckchen, kalt	1 – 2 EL Ouzo	1 Zweig Thymian, klein
50 g Marzipan		

Crêpes::

Etwa einen halben Teelöffel Schale der Orange abreiben. Eier, Milch, Mehl, Salz, Orangenschale, Butter und Rosenwasser zu einem glatten Teig verrühren, durch ein Sieb gießen und etwas ruhen lassen. In einer beschichteten Pfanne etwas Öl erhitzen und aus dem Crêpeteig nacheinander acht dünne Pfannkuchen backen, zu Dreiecken zusammen falten und zugedeckt warm stellen.

Soße:

Drei Orangen mit einem Messer schälen, so dass auch das Weiße entfernt ist und die Filets heraus lösen. Den Saft der filetierten Orangen ausdrücken und den Saft der restlichen vier Orangen hinzufügen. Den Granatapfel halbieren und mit Hilfe eines Kochlöffels oder Schöpfkelle die Kerne ausklopfen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Orangensaft mit dem Honig aufkochen, das Vanillemark mit dem Zimt hinzufügen und bei kleiner Hitze etwas einköcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen, die Gelatine ausdrücken und in dem Orangensaft auflösen. Die Butter in kleinen Flöckchen hinein rühren. Mit dem Ouzo abschmecken, den Thymianzweig einlegen und bei Bedarf mit Honig oder Zucker abschmecken, nun die Orangenfilets zugeben und kurz erwärmen. Die Crêpes auf vorgewärmte Teller legen und die Orangenfilets mit den Orangensoße darüber verteilen. Das Marzipan in kleine Stücke zerpfücken, mit den Marzipanstücken und Granatapfelkernen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 15. Juni 2012

Gebratener Gewürz-Kuchen, Mango-Chili-Sorbet

Für vier Personen

Kuchen:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone	240 g Zucker
4 Eier	1 Schote Vanille	0,5 TL Zimt, gemahlen
0,5 TL Fenchelkörner, gemahlen	100 g Butter, sehr weich	150 g Olivenöl, mild
50 ml Milch	220 g Mehl	25 g Kakaopulver
4 g Backpulver	Butter und Mehl	Zucker und Butter

Tränke und Fertigstellung:

0,5 l Wasser	1 EL Chai	150 ml Milch
Zucker	Zucker	Butter, braun

Sorbet:

0,5 – 1 Zitrone	150 ml Wasser	80 g Zucker
2 kg Mangos, reif, weich	1 TL Chiliflocken, mild	Puderrucker

Anrichten:

Himbeermark	Himbeeren	Feigen
Minzeblättchen		

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Kuchen:

Einen Teelöffel Schale der Orange abreiben. Den Saft der Zitrone auspressen. Zucker, Eier, Orangenabrieb, Vanillemark, Zimt und Fenchel mit dem Schneebesen einer Küchenmaschine schaumig aufschlagen. Nach und nach die Butter hineinrühren. Mit einem Stabmixer das Olivenöl mit Milch und Zitronensaft durchrühren und mit dem Schneebesen unter die Schaummasse rühren. Mehl, Kakao und Backpulver zusammen versieben und unter die Schaummasse heben. Drei Zentimeter hoch in ein gebuttertes und bemehltes Backblech füllen und im vorgeheizten Backofen circa 35 Minuten backen.

Tränke und Fertigstellung:

Das Wasser aufkochen, den Tee hinein geben, vom Herd nehmen, fünf bis sieben Minuten ziehen lassen, die Milch hinzufügen und durch ein Sieb gießen. Den Kuchen in Stücke schneiden, in Chai-latte tränken, in einem Gemisch aus Zucker und braunem Zucker wälzen und in einer Pfanne rundherum braten.

Sorbet:

Den Saft der Zitrone auspressen. Wasser und Zucker aufkochen und abkühlen lassen. Das Mangofleisch vom Kern schneiden und mit einem kleinen scharfen Messer schälen. Das Fleisch klein schneiden, mit dem Zuckersirup pürieren und durch ein Sieb streichen. Mit Zitronensaft, gegebenenfalls noch etwas Puderrucker abschmecken und die Chiliflocken hinein streuen. Das Mangomark in der Eismaschine cremig gefrieren lassen. Das Mangosorbet in einen gefrierfesten, eisgekühlten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Servieren in das Tiefkühlfach stellen.

Anrichten:

Je ein oder zwei kleine Stückchen Kuchen auf Desserttellern anrichten, eine Nocke Mango-Chili-Sorbet daneben setzen und mit Himbeermark, Himbeeren, Feigen und Minze garnieren.

Alfons Schuhbeck am 23. März 2012

Juwelen-Milch-Reis

Für 4 Personen

Milchreis:

500 g Milchreis	1 l Milch	250 ml Kokosmilch
0,5 Schote Vanille	1 Zimtrinde	5 Kardamomkapseln
10 Safranfäden	0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt
50 g Zucker	1 TL Rum	100 g Sahne, geschlagen
Salz		

Anrichten:

1 – 2 EL Granatapfelkerne	1 EL Pistazien	1 EL Mandelblättchen, gebräunt
1 EL Mangowürfel	1 EL Papayawürfel	

Milchreis:

Den Reis waschen, abtropfen lassen, mit Milch, Kokosmilch, Vanille und einer Prise Salz in einem Topf langsam aufkochen lassen. Unter häufigem Rühren gut 25 bis 30 Minuten mehr ziehen als köcheln lassen. Nach 20 Minuten die Zimtrinde mit Kardamom und den Safranfäden dazu geben. Einen Teelöffel Schale der Zitrone und etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Am Ende der Garzeit vom Herd nehmen, den Zucker mit dem Zitronenabrieb, Orangenabrieb und Rum hinein rühren und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Zimt und Vanille mit dem Kardamom entfernen. Zum Schluss die Sahne unterziehen.

Anrichten:

Den Milchreis in Dessertschalen füllen und mit Granatapfelkernen, Pistazien, Mandelblättchen und Fruchtwürfelchen garnieren.

Tipp:

Nach Belieben kann der Reis noch mit einigen kleinen Flöckchen Blattgold garniert werden. Zucker wird dem Reis erst am Ende der Zubereitung hinzugefügt, dadurch wird der Reis schneller weich.

Alfons Schuhbeck am 10. Februar 2012

Limoncello-Tiramisu mit Himbeeren

Für 4 Personen

Crème:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	4 Blatt Gelatine
2 Eier	60 g Puderzucker	250 g Mascarpone
1 – 2 EL Limoncello	100 g Sahne	

Fertigstellung:

40 g Zucker	100 ml Wasser	200 g Limoncello
1 Biskuitboden, 20 cm	200 g Löffelbiskuits	4 Schalen Himbeeren, (ca. 500 g)

Himbeermark:

0,5 Zitrone	250 g Himbeeren	2 EL Zucker
-------------	-----------------	-------------

Mangomark:

1 Mango, groß, reif	0,5 Zitrone	2 EL Zucker
---------------------	-------------	-------------

Vanillesahne:

150 g Sahne	1 EL Zucker	0,5 Vanilleschote
1 TL Rum		

Crème:

Die Schale der Orange und Zitrone abreiben. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Zwei Eigelb mit der Hälfte des Puderzuckers auf dem Wasserbad hell-schaumig aufschlagen, darauf achten, dass die Temperatur nicht über 80 Grad steigt und vom Herd nehmen. Erst die eingeweichte Gelatine, dann den Mascarpone, Orangen- und Zitronenabrieb und Limoncello hinein rühren. Die Sahne halbsteif schlagen, das Eiweiß mit der anderen Hälfte des Puderzuckers zu einem cremigen, festen Eischnee schlagen. Zuerst die Sahne, dann den Eischnee unter die Mascarponecrème rühren.

Fertigstellung:

Den Zucker mit dem Wasser aufkochen, auskühlen lassen und mit dem Limoncello vermischen. Den Biskuitboden in einen Tortenring von etwa 24 Zentimeter Durchmesser legen. Mit Löffelbiskuits, die zu dreiviertel Länge abgeschnitten werden umstellen und den Biskuitboden mit der Tränke etwas beträufeln. Ein Drittel der Crème darauf streichen, mit der Hälfte der Himbeeren belegen, ein weiteres Drittel der Crème darauf verteilen, die übrigen Löffelbiskuits in die Tränke tauchen und darauf legen. Die übrige Crème darauf streichen und mit den restlichen Himbeeren belegen. Im Kühlschrank mehrere Stunden durchziehen lassen. Den Ring abnehmen und die Tiramisu-Torte in Stücke schneiden.

Himbeermark:

Etwa einen Teelöffel Saft der Zitrone auspressen. Die Himbeeren mit Zucker und Zitronensaft mixen und durch ein Sieb streichen.

Mangomark:

Das Mangofruchtfleisch vom faserigen Stein schneiden. Die Mangostücke schälen und klein schneiden. Die Zitronenhälfte auspressen. Die Mangostücke, den Zitronensaft und den Zucker in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer pürieren.

Vanillesahne:

Die Sahne mit dem Zucker und dem Vanillemark zu einer sämigen Soße schlagen und den Rum hineinrühren. Die Torte mit Himbeermark, Mangomark und Vanillesahne anrichten.

Alfons Schuhbeck am 20. Mai 2011

Marillen-Knödel mit Pralinen-Soße und Haselnuss-Eis

Für 4 Personen

Marillen:

10 Marillen	0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt
500 g Weißwein	100 g Zucker	3 Gewürznelken
2 Zacken Sternanis	0,5 Schote Vanille	1 Splitter Zimtrinde
2 Scheiben Ingwer	1 EL Mandeln, geröstet, gehackt	1 EL Pistazien, gehackt
1 EL Walnüsse, gemahlen	1 EL Haselnüsse, gemahlen	3 EL Aprikosenmarmelade
50 g Marzipanrohmasse		

Ausbackteig:

185 g Mehl	140 ml Weißwein	20 ml Pfirsichlikör
40 ml Öl	4 Eier	40 g Zucker
Öl	Salz	

Eis:

2 Schoten Vanille	500 ml Milch	500 g Sahne
200 g Zucker	10 Eier	250 g Haselnusspaste
1 EL Rum	1 – 2 EL Haselnusslikör	Salz

Pralinensoße:

100 g Kuvertüre, dunkel	100 g Nussnougat	200 g Sahne
1 Prise Ingwer	1 Prise Kardamomsamen	1 cl Rum
1 cl Orangenlikör		

Garnitur:

0,5 Granatapfel	100 g Himbeeren	Minzezweige
-----------------	-----------------	-------------

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Marillen:

Die Marillen blanchieren und enthäuten. Von der Stielansatz-Seite her aushöhlen, so dass der Kern entfernt ist und in eine passende tiefe Form legen. Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und Zitrone heraus schneiden. Den Weißwein mit Zucker, Nelken, Sternanis, Vanille und Ingwer, Zitronen- und Orangenschale aufkochen lassen und am Siedepunkt zehn Minuten ziehen lassen. Durch ein Sieb gießen und kochend heiß über die ausgehöhlten Früchte gießen. Sie sollten mit der Flüssigkeit bedeckt sein. Für zehn Minuten in den vorgeheizten Backofen stellen. Auskühlen lassen und über Nacht im Sud ziehen lassen. Am nächsten Tag abtropfen lassen und den Sud für die Soße aufbewahren. Für die Füllung zwei marinierte Marillen fein hacken und mit Mandeln, Pistazien, Walnüssen, Haselnüssen und einen Esslöffel Aprikosenmarmelade vermischen. Die Masse in einen Dressierbeutel füllen und die übrigen acht Marillen damit fast voll füllen. Zum Verschließen der Öffnung das Marzipan mit der übrigen Aprikosenmarmelade zu einer glatten Masse verrühren, um die Öffnungen damit glatt zu streichen. In die runde Oberseite der Marillen Zahnstocher stecken und zur besseren Weiterverarbeitung einfrieren. In einen Topf sieben bis zehn Zentimeter hoch Frittierfett auf 190 Grad erhitzen.

Ausbackteig:

Das Mehl mit Weißwein, Pfirsichlikör, Öl und Eigelb glatt rühren. Das Eiweiß mit Salz und Zucker zu einem cremigen Schnee schlagen und unter die Mehlmasse heben. Die gefüllten, gefrorenen Marillen am Zahnstocher anfassen, die Frucht in den Ausbackteig tauchen, mithilfe des Zahnstochers in die Fritteuse halten, damit der Teig goldbraun anbäckt und auf ein Backblech legen. Alle Marillen nacheinander so vorbereiten und im vorgeheizten Backofen in circa zwölf Minuten heiß durchziehen lassen.

Eis:

Die Vanilleschoten längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Milch, die Sahne, das

Vanillemark und die -schote sowie die Hälfte des Zuckers in einem Topf aufkochen lassen. Sechs Eigelbe, vier Eier und den restlichen Zucker mit einer Prise Salz in einem runden Schlagkessel aus Edelstahl mit dem Schneebesen hell-schaumig aufschlagen. Nach und nach die kochende, heiße Vanillemilch unter Rühren hinzufügen. Die Vanillemilch fünf bis zehn Minuten im heißen Wasserbad erhitzen, dabei mit einem flexiblen Teigschaber ruhig, aber beständig von der Schüsselwand wegrühren. Die Vanillemilch höchstens auf 75 bis 78 Grad erhitzen, bis die Flüssigkeit anfängt leicht zu binden. Die Vanillecreme sofort durch ein Sieb gießen. Die Haselnusspaste hinein rühren, abkühlen lassen, dabei gelegentlich umrühren. Mit etwas Rum und Haselnusslikör abschmecken. Vanillecreme in der Eismaschine zu einem cremigen Eis gefrieren lassen. Das Eis in einen gefrierfesten, eisgekühlten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Servieren in das Tiefkühlfach stellen. Möglichst frisch verzehren.

Pralinensoße:

Die Kuvertüre klein hacken und mit dem Nougat in eine Schüssel geben. Die Sahne in einem kleinen Topf zum Kochen bringen, über die Kuvertüre gießen und mit einem Schneebesen zu einer glatten Soße verrühren. Mit den Gewürzen und dem Alkohol abschmecken.

Garnitur:

Die Soße auf Tellern verteilen. Die gebackenen Marillen darauf setzen, die Granatapfelkerne außen herum streuen und je eine Kugel Eis daneben setzen. Mit den frischen Himbeeren und der Minze ausgarnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. Dezember 2011

Orientalische Patisserie

Für vier Personen

Baklava:

4 – 6 Blätter Filoteig, à 30 x 30 cm	80 g Butter, braun (warm)	30 g Pistazien, gehackt
30 g Mandeln, gehäutet, gehackt	30 g Pinienkerne	1 EL Rosenblütenwasser
0,5 TL Chiliflocken, mild	1 Msp. Vanille, gemahlen	0,5 Orange, unbehandelt
50 g Zucker	25 ml Wasser	Kardamom

Kardamom-Nougat-Hörnchen:

4 – 6 Blätter Briketeig	80 g Butter, braun (warm)	40 g Mandeln, gehackt
100 g Vollmilchkuvertüre	250 g Nussnougatmasse	100 g Butter, weich
0,5 Orange, unbehandelt	Kardamom	

Safran-Milch-Pudding:

200 ml Milch	0,5 Schote Vanille	1 Scheibe Ingwer
0,5 Stange Zimt	2 Kapseln Kardamom	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Orange, unbehandelt	25 g Zucker	80 g Pistazien, gemahlen
2,5 Blatt Gelatine	1 – 2 TL Rosenwasser	100 g Sahne, geschlagen
1 – 2 EL Mandelblättchen	2 – 3 EL Granatapfelkerne	

Safrangelee:

1 Blatt Gelatine	100 ml Wasser	1 EL Zucker
5 Safranfäden		

Anrichten:

1 – 2 EL Mandelblättchen	2 – 3 EL Granatapfelkerne
--------------------------	---------------------------

Rosenblüten-Feigen-Tee:

5 Feigen, getrocknet	1 EL Apfeltee	1 EL Mandelblättchen
0,5 – 1 EL Hibiskusblüten	1 EL Rosenblüten	1,1 – 1,2 l Wasser
1 EL Zucker		

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Baklava:

Etwa einen Teelöffel Schale der Orange abreiben. Die Filoteigblätter jeweils mit brauner Butter bestreichen, mit Kardamom aus der Mühle bestreuen. Das oberste Blatt trocken belassen. Mit einem Ausstecher kleine Teigscheiben von fünf Zentimetern ausstechen. Die Miniförmchen mit brauner Butter einpinseln und mit den Teigscheiben auskleiden. Pistazien, Mandeln und Pinienkerne mit einem Esslöffel brauner Butter, Rosenblütenwasser, Chiliflocken, Vanille und Orangenabrieb vermischen. Gleichmäßig in den Teigförmchen verteilen. Auf der untersten Einschubleiste im vorgeheizten Backofen in circa 20 Minuten goldbraun backen. Inzwischen Zucker mit Wasser unter Rühren langsam aufkochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Abkühlen lassen und in eine kleine Dressierflasche (z.B. für Dessertsoßen) füllen. Die fertig gebackene Baklava aus dem Ofen nehmen, den Zuckersirup gleichmäßig darauf träufeln und die Baklava abkühlen lassen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Kardamom-Nougat-Hörnchen:

Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Die Teigblätter jeweils mit brauner Butter bestreichen, mit Kardamom aus der Mühle bestreuen. Das oberste Blatt ebenfalls mit Butter einpinseln. Den Teig nach und nach mit runden Holzstöckchen von circa eineinhalb Zentimeter einmal einrollen, die Teig-Enden dabei nur circa einen halben Zentimeter übereinander legen, gut andrücken und abschneiden. Samt den Holzstöckchen mit der Nahtseite nach unten auf mit Backpapier belegte Bleche legen und im vorgeheizten Backofen 15 bis 20 Minuten goldbraun backen. Die Stöckchen heraus ziehen und die Teigröllchen abkühlen lassen. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten und auskühlen lassen. Die Vollmilchkuvertüre klein hacken, in einer

Metallschüssel auf dem heißen Wasserbad schmelzen lassen und vom Wasserbad nehmen. Den Nougat klein schneiden, Butter und Nougat mit einem Rührgerät schaumig aufschlagen und dabei nach und nach die handwarme Kuvertüre hinein laufen lassen. Den Orangenabrieb hinzufügen und noch etwas schlagen, bis eine schaumige, möglichst dressierfähige Masse entsteht. Zum Schluss die gerösteten, ausgekühlten Mandeln darunter ziehen. Ist sie zu weich, lässt man sie noch etwas abkühlen, ist sie zu fest, stellt man sie noch einmal kurz auf das warme Wasserbad. Die Pralinenmasse in einen Dressierbeutel mit Lochtülle von circa einem Zentimeter einfüllen und die Röllchen damit füllen. Einige Minuten in den Kühlschrank stellen, bis die Fülle fest wird.

Safran-Milch-Pudding:

Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. Die Milch mit der aufgeschlitzten Vanilleschote, Vanillemark, Ingwer, Zimt, Kardamom, Zitronen- und Orangenschale und dem Zucker in einem Topf aufkochen lassen. Vom Herd nehmen und zehn Minuten ziehen lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Gewürzmilch durch ein Sieb gießen und mit den Pistazien mixen. Die Gelatine gut ausdrücken, unter Rühren in der warmen Gewürzmilch auflösen und abkühlen lassen, bis die Masse zu gelieren beginnt. Das Rosenwasser hinein rühren. Die Schlagsahne unter die gelierende Crème heben. Die Masse in kleine Förmchen füllen und abkühlen lassen. Mit gerösteten Mandeln und Granatapfelkernen bestreuen.

Safrangelee:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Wasser und Zucker aufkochen, vom Herd nehmen, Gelatine und Safran hinein rühren und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Sobald die Crème fest ist, das abgekühlte, jedoch noch flüssige Gelee auf die Crème gießen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Anrichten:

Die Crème nach Belieben mit gerösteten Mandeln und Granatapfelkernen bestreuen.

Rosenblüten-Feigen-Tee:

Die Feigen in kleine Stückchen schneiden, mit Apfeltee, Mandeln, Hibiskusblüten und Rosenblüten in einen Teefilter geben und in eine Teekanne hängen. Mit kochendem Wasser auffüllen und fünf bis zehn Minuten ziehen lassen. Den Teefilter entfernen. Nach Belieben mit Zucker oder Agavendicksaft süßen.

Alfons Schuhbeck am 20. April 2012

Pralinen-Mousse mit Mangostanen-Salat

Für 4 Personen

Pralinenmousse:

0,5 Limette	40 g Kuvertüre, dunkel	40 g Nougat, dunkel
2 Eier	25 g Zucker	1 Blatt Gelatine
1 TL Rum	1 TL Orangenlikör	165 g Sahne
Zucker		

Weißer Kaffeeschaum:

100 g Sahne	2 EL Kaffeebohnen	1 TL Zucker
-------------	-------------------	-------------

Mangostanensalat:

0,5 Zitrone	8 Mangostanen	0,25 Mango, groß, reif
Orangenlikör	Puderrucker	

Honighippen:

65 g Puderrucker	40 g Butter	30 g Honig
30 g Mehl		

Garnitur:

4 Zweige Minze	Blattgold
----------------	-----------

Pralinenmousse:

Mit einem angeritzten Limettenviertel den Glasrand von vier Martinigläser befeuchten und kopfüber auf einen Teller mit Zucker stellen, damit ein feiner Zuckerrand entsteht. Kuvertüre klein hacken, mit Nougat in eine Stahlschüssel geben und auf einem warmen Wasserbad schmelzen lassen. Ein Ei und ein Eigelb mit dem Zucker in einen Schlagkessel geben und auf dem heißen Wasserbad zu einer hell-schaumigen Masse aufschlagen. Vom Herd nehmen und mit dem Schneebesen das geschmolzene Schokoladen-Nougat-Gemisch darunter rühren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Rum und Orangenlikör erwärmen, vom Herd nehmen, die Gelatine ausdrücken, im Alkohol auflösen und in die Schokoladenmasse rühren. Lauwarm abkühlen lassen oder auf kaltem Wasser rühren, bis die Masse lauwarm ist. Die Sahne cremig aufschlagen und unter die Schokoladenmasse heben. Mit der Masse die vier Martinigläser dreiviertel hoch befüllen. Im Kühlschrank auskühlen lassen.

Weißer Kaffeeschaum:

Die Sahne mit Kaffeebohnen und Zucker verrühren und über Nacht gekühlt ziehen lassen. Durch ein Sieb gießen und cremig aufschlagen.

Mangostanensalat:

Saft der Zitrone auspressen. Von den Mangostanen den Deckel großzügig abschneiden, mit einem kleinen Löffel das Fruchtfleisch heraus nehmen und in die einzelnen Segmente zerteilen. Dabei die großen Kerne entfernen. Die Mango schälen, in kleine Würfel schneiden und mit dem Mangostanenfleisch mischen. Mit einem Schuss Orangenlikör, Puderrucker und Zitronensaft abschmecken. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Honighippen:

Den Puderrucker mit einem feinen Schneebesen in die zerlassene Butter rühren, bis eine homogene Masse entsteht. Den Honig hinein geben und wieder rühren, bis eine gleichmäßige Masse entsteht. Das Mehl hinein rühren und in einen Dressierbeutel mit kleiner runder Lochtülle füllen. Ein Backblech mit einer Backmatte belegen und von der Masse teelöffelgroße Portionen in einem Abstand von mindestens zehn Zentimeter aufsetzen. Im vorgeheizten Backofen circa vier Minuten backen, bis die Hippen schön gebräunt sind. Mit einer Winkelpalette vom Blech nehmen und auskühlen lassen. Die Hippen können in einer Dose trocken einige Tage gelagert werden.

Garnitur:

Je einen Löffel Kaffeesahne auf die Pralinenmousse geben, darauf den Mangostanensalat geben und eine Honighippe anlegen. Mit Goldblatt und Minze garnieren.

Alfons Schuhbeck am 16. September 2011

Schokoladen-Kuchen mit Ingwer und Himbeer-Sabayon

Für 4 Personen

Schokoladenkuchen:

0,5 Orange, unbehandelt	125 g Butter	60 g Puderzucker
5 Eier	110 g Zartbitterschokolade 70%	1 TL Ingwer, gemahlen
1 EL Ingwer, kandiert	0,5 Schote Vanille	100 g Mehl
4-6 Ingwertrüffel	Salz	

Schokoladensoße:

200 g Kuvertüre, dunkel	200 g Sahne	Ingwer, gemahlen
Kardamomsamen, gemahlen		

Himbeersabayon:

70 ml Prosecco	30 g Zucker	2 Eier
0,25 Blatt Gelatine	150 g Himbeermark	1 EL Granatapfelsirup, süß
0,5 Zitrone	1 EL Granatapfelkerne	

Anrichten:

200 g Himbeeren	Minzezweige	Ingwertrüffel
-----------------	-------------	---------------

Den Backofen auf 180 bis 200 Grad vorheizen.

Schokoladenkuchen:

Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Die Butter mit Puderzucker schaumig rühren. Zwei Eigelbe und drei Eier nach und nach zugeben. In der Zwischenzeit die Schokolade in einer Schüssel auf dem Wasserbad schmelzen lassen, dabei soll sie nicht wärmer als 50 Grad werden. Die Schokolade mit den Gewürzen und dem klein gehackten Ingwer unter die Buttermasse rühren und das gesiebte Mehl unterheben. Die Masse in gebutterte und gezuckerte Förmchen dreiviertel voll füllen, je einen Ingwertrüffel hineindrücken und bis zum Gebrauch in den Kühlschrank stellen. Die Schokoladenkuchen etwa 20 Minuten im vorgeheizten Backofen backen.

Schokoladensoße:

Die Kuvertüre klein hacken und in eine Schüssel geben. Die Sahne in einem kleinen Topf zum Kochen bringen, über die Kuvertüre gießen und mit einem Schneebesen zu einer glatten Schokoladensoße verrühren. Mit den Gewürzen abschmecken.

Himbeersabayon:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Prosecco, Zucker und Eigelb zur Bindigkeit (75 bis 78 Grad) schaumig aufschlagen, die ausgedrückte Gelatine zugeben und auf Eiswasser kalt rühren. Das Himbeermark zugeben und mit Zitronensaft abschmecken.

Anrichten:

Die Sabayon in tiefe Teller verteilen, den Kuchen stürzen und in die Mitte setzen. Die Schokoladensoße darüber geben und mit frischen Himbeeren, Ingwertrüffeln und je einem Minzezweig garnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. September 2011

Schokoladen-Mousse auf Himbeer-Granatapfel-Soße, Quitten

Für 4 Personen

Mousse:

180 g Kuvertüre, zartbitter	2 Eier	1 – 2 TL Rum
1 – 2 TL Weinbrand	400 g Sahne	

Soße:

200 g Himbeeren	2 EL Granatapfelsirup	0,5 Zitrone
-----------------	-----------------------	-------------

Quitten:

1 Orange	0,5 Zitrone	40 g Zucker
75 ml Weißwein	2 – 3 EL Portwein, weiß	75 ml Prosecco
0,25 Rinde Zimt	0,25 Schote Vanille	1 Quitte, groß
1 TL Speisestärke	1 TL Fenchelkörner	1 TL Puderzucker

Apfelsaft

Anrichten:

Schokoladenstäbchen	Minzspitzen	Blattgold
---------------------	-------------	-----------

Mousse:

Die Kuvertüre klein hacken, in eine Edelstahlschüssel geben und auf dem Wasserbad auflösen. Ein Ei und ein Eigelb in einen Schlagkessel geben, über heißem Wasserdampf hellschaumig aufschlagen, die Kuvertüre hinein rühren und vom Wasserbad nehmen. Rum und Weinbrand in die Schokoladenmasse rühren. Die Sahne cremig aufschlagen und unter die Schokoladenmasse heben. In eine Schüssel füllen und zugedeckt zwei Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

Soße:

Die Himbeeren mit dem Granatapfelsirup pürieren und durch ein Sieb streichen. Das Fruchtmarm mit einigen Tropfen Zitronensaft und gegebenenfalls noch ein wenig Sirup abschmecken.

Quitten:

Den Saft der Orange und der Zitrone herauspressen. Den Zucker in einen Topf streuen und bei mittlerer Hitze bernsteinfarben karamellisieren lassen. Mit Zitronen- und Orangensaft ablöschen. Weißwein, Portwein und Prosecco dazu geben. Zimt und Vanille einlegen und einige Minuten leicht köcheln lassen, bis sich der Karamell gelöst hat und vom Herd ziehen. Die Quitte schälen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Mit einem Schuss Apfelsaft in den Sud geben und bei kleiner Hitze in etwa 15 Minuten weich kochen. Auf einem Sieb abgießen und die Gewürze entfernen. Den Quittensaft aufkochen lassen, die Speisestärke mit kaltem Wasser anrühren und nach und nach unter den Quittensaft rühren, zwei Minuten leise köcheln lassen, die Quitten dazu geben und auskühlen lassen. Den Fenchel in einer Pfanne bei milder Temperatur schonend erhitzen, den Puderzucker darüber stäuben, schmelzen lassen und sofort aus der Pfanne nehmen. Den Fenchel in das Quittenragout streuen.

Anrichten:

Aus dem Mousse mit einem großen Esslöffel Nocken ausstechen und auf Dessertteller setzen. Den Löffel dabei zwischendurch in heißes Wasser tauchen. Mit einem Holzstäbchen jeweils ein klein wenig Blattgold auf das Schokomousse setzen. Die Himbeer-Granatapfel-Soße außen herum träufeln, die Quittenwürfel dazwischen setzen und mit Schokoladenstäbchen und Minze garnieren.

Alfons Schuhbeck am 18. Februar 2011

Schwarzwälder Kirsch-Törtchen

Für vier Personen

Schokoladenbiskuit:

80 g Zartbitterschokolade	20 g Kakaopulver	5 Eier
110 g Zucker	100 g Marzipanrohmasse	Salz

Kirschen:

500 g Sauerkirschen	1 TL Puderzucker	180 ml Rotwein
70 ml Portwein	1 EL Speisestärke	3 EL Zucker
1 Splitter Zimtrinde	1 Gewürznelke	0,5 Orange, unbehandelt
1 TL Honig		

Kirschsahne:

500 g Sahne	50 g Puderzucker	2 Blatt Gelatine
50 ml Kirschwasser		

Pistazien-Eis:

2 Schoten Vanille	500 ml Milch	500 g Sahne
200 g Zucker	10 Eier	250 g Pistazienpaste
1 EL Rum	1 – 2 EL Orangenlikör	Salz

Anrichten:

Schokoladenröllchen	Mandelblättchen, geröstet	Rahmjoghurt
---------------------	---------------------------	-------------

Den Backofen auf 190 Grad vorheizen.

Schokoladenbiskuit:

Die Schokolade mit dem Kakaopulver in einem Topf bei milder Hitze schmelzen lassen, dabei nicht über 50 Grad erhitzen. Die Eier trennen und die Eiweiße mit einer Prise Salz zu einem cremigen Schnee schlagen, dabei den Zucker nach und nach einrieseln lassen. Die Marzipanrohmasse auf der Küchenreibe grob raspeln und mit den Eigelben schaumig rühren. Den Eischnee unter die Marzipan-Eigelb-Masse ziehen und die geschmolzene Schokolade vorsichtig unterrühren. Den Schokoladenbiskuitteig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen und im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten backen.

Kirschen:

Die Sauerkirschen in ein Sieb abgießen, dabei den Saft auffangen. Von dem Kirschsafte ein Viertel Liter abmessen. Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren. Mit dem Rotwein und dem Portwein ablöschen und auf die Hälfte einköcheln lassen. Die Speisestärke mit etwas Kirschsafte glatt rühren. Den restlichen Kirschsafte, den Zucker, die Zimtrinde, die Gewürznelke, einen Streifen Orangenschale und den Honig hinzufügen und einmal aufkochen lassen. Die glatt gerührte Speisestärke hineinrühren und alles weitere zwei Minuten köcheln lassen. Die Mischung durch ein Sieb gießen, die Kirschen in den Sud geben und mit Honig abschmecken. Die Kirschen auf Zimmertemperatur abkühlen lassen (man kann sie etwa drei Tage aufbewahren).

Kirschsahne:

Die Sahne mit dem Puderzucker cremig aufschlagen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. In einem Topf das Kirschwasser erwärmen. Die Gelatine gut ausdrücken, darin auflösen und auskühlen lassen. Die geschlagene Sahne nach und nach vorsichtig unterrühren. Die Kirschsahne in einen Spritzbeutel mit kleiner Sterntülle füllen. Aus dem Teig mit einem Ring (acht Zentimeter Durchmesser) zwölf Kreise ausstechen. Je einen Teigkreis als Boden in einen Ring legen. Einen zwei Zentimeter hohen Sahnering am inneren Rand aufspritzen. Die Mitte mit Kirschen auffüllen und einen zweiten Boden drauflegen. Nochmals einen Sahnering aufspritzen und mit Kirschen füllen. Die Törtchen mit Sahne, Kirschen und nach Belieben mit Schokoladenspänen garnieren. Bis zum Servieren kühl stellen.

Pistazien-Eis:

Die Vanilleschoten längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Milch, die Sahne, das Vanillemark und die -schote sowie die Hälfte des Zuckers in einem Topf aufkochen lassen. Sechs Eigelbe, vier Eier und den restlichen Zucker mit einer Prise Salz in einem runden Schlagkessel aus Edelstahl mit dem Schneebesen hell-schaumig aufschlagen. Nach und nach die kochende, heiße Vanillemilch unter Rühren hinzufügen. Die Vanillemilch fünf bis zehn Minuten im heißen Wasserbad erhitzen, dabei mit einem flexiblen Teigschaber ruhig, aber beständig von der Schüsselwand wegrühren. Die Vanillemilch höchstens auf 75 bis 78 Grad erhitzen, bis die Flüssigkeit anfängt leicht zu binden. Die Vanillecreme sofort durch ein Sieb gießen. Die Pistazienpaste hinein rühren, abkühlen lassen, dabei gelegentlich umrühren. Mit etwas Rum und Orangenlikör abschmecken. Die Vanillecreme in der Eismaschine zu einem cremigen Eis gefrieren lassen. Das Eis in einem gefrierfesten, eisgekühlten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Servieren in das Tiefkühlfach stellen. Möglichst frisch verzehren.

Anrichten:

Mit der Kirschsoße einen Spiegel auf Tellern verteilen, mit Rahmjoghurt Punkte darauf setzen und mit Hilfe eines Schaschlikspießes die Punkte verziehen. Die Törtchen darauf setzen und mit Schokoladenröllchen und den Mandelblättern verzieren.

Alfons Schuhbeck am 23. November 2012

Zwetschgen-Suppe, Topfen-Schaum, Zimt-Strudel-Blättern

Für vier Personen

Topfenschaum:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	150 g Quark
25 g Zucker	1 Msp. Vanillemark	250 g Sahne
2 Eier	50 g Zucker	Salz

Geeiste Zwetschgensuppe:

500 g Zwetschgen, reif	80 – 100 g Zucker	0,5 Schote Vanille
0,5 Stange Zimt	300 ml Weißwein	2 Blatt Gelatine

Kataifiteigrolle:

100 g Kataifiteig	Öl	Fett
-------------------	----	------

Zimtstangen:

2 Blätter Strudelteig	50 g Butter, flüssig	2 EL Zimtzucker
1 Ei		

Anrichten:	1 – 2 TL Pistazien, gehackt	4 Zweige Minze
-------------------	-----------------------------	----------------

Topfenschaum:

Jeweils eine Messerspitze Orangen- und Zitronenschale abreiben und einen Esslöffel Saft auspressen. Quark mit Zucker, Zitronenabrieb, Orangenabrieb, Zitronensaft, Orangensaft und Vanillemark glatt rühren. Die Sahne halbsteif schlagen, das Eiweiß mit Zucker und einer kleinen Prise Salz cremig schlagen und beides unter die Quarkmasse heben. In ein Sieb ein Küchentuch legen, das Sieb in eine Schüssel hängen und die Quarkmasse hinein füllen. Mit Klarsichtfolie bedecken und mehrere Stunden im Kühlschrank abtropfen lassen, so dass sich die Konsistenz stabilisiert.

Geeiste Zwetschgensuppe: Die Zwetschgen entkernen und vierteln. In einem Topf Zucker, Vanillemark mit Schote dem Zimt und Weißwein aufkochen lassen und die Zwetschgen zufügen. Bei milder Hitze circa 30 Minuten köcheln lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen und in der heißen Zwetschgensuppe auflösen. Die Suppe am Besten auf Eiswasser kalt rühren bis die Gelatine leicht zu gelieren beginnt. Eine Friteuse auf 180 Grad vorheizen.

Kataifrolle: Einen Anrichtering aus Edelstahl von circa vier Zentimeter Durchmesser mit Öl einpinseln, mit Backpapier umlegen, mit Öl einpinseln und mit Kataifiteig umhüllen. Etwas antrocknen lassen. Den Ring mit zwei Küchenpinzetten anfassen, vorsichtig in das heiße Fett tauchen und darin in circa einer Minute goldbraun braten. Kurz abtropfen, etwas abkühlen lassen und den knusprigen Teigring vorsichtig ablösen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Zimtstangen: Die Strudelteigblätter mit Butter einpinseln, mit Zimtzucker bestreuen und circa zehn Zentimeter große Kreise ausstechen. Je zwei aufeinander legen, von zwei Seiten nach innen einrollen, so dass die Form einer Zimtstange dabei entsteht und dabei zwischen die zwei Rollen etwas Eiweiß pinseln, damit es beim Backen hält. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Backofen acht bis zehn Minuten kross backen.

Anrichten: Den Kataifiring in tiefe Teller setzen, den Quarkschaum in einen Dressierbeutel mit großer Lochtülle füllen und in die Kataifiteigrolle dressieren. Die Zwetschgensuppe außen herum verteilen, die Zimtstangen anlegen, mit Pistazien bestreuen und mit Minze garnieren.

Alfons Schuhbeck am 28. September 2012

Fisch

Bouillabaisse

Für vier Personen

Bouillabaisse:

500 g Fischfilets, gemischt	300 g Muscheln	1 Artischocke, groß
2 Tomaten	0,5 Knolle Fenchel	2 EL Olivenöl
1 TL Anislikör	4 EL Weißwein	1 l Gemüsebrühe
8-10 Safranfäden	1 Zehe Knoblauch	1 Zweig Thymian
Salz		

Rouille:

0,5 Kartoffel, klein	1 Lorbeerblatt, klein	6-8 Safranfäden
100 ml Gemüsebrühe	2 Zehen Knoblauch	1 TL Dijon-Senf
1 Ei	0,5 TL Meersalz, grob	150 ml Olivenöl
Pfeffer		

Bouillabaisse:

Die Fischfilets in mundgerechte Würfel schneiden. Die Muscheln gründlich waschen und bürsten, geöffnete Exemplare aussortieren. In kochendes Salzwasser geben und nur so lange garen, bis sie sich öffnen, etwa eine halbe bis eine Minute. In einem Sieb abtropfen lassen, das Fleisch aus den Schalen lösen, geschlossene Muscheln dabei entfernen. Die Artischocke putzen und den Boden in schmale Spalten schneiden. Die Tomate entstrunken, die Oberseite über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, enthäuten, vierteln, die Kerne entfernen und die Tomatenfilets in ein bis zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Den Fenchel gründlich waschen und putzen. In einem Topf das Olivenöl erhitzen, Fenchel und Artischockenboden darin anschwitzen. Mit Anislikör und Weißwein ablöschen, mit dem Fischfond aufgießen und das Gemüse darin bissfest garen. Die Safranfäden mit der halbierten Knoblauchzehe und einem Thymianzweig hinzufügen. Die Fischstücke in einer Pfanne im Öl eine Minute anbraten und in die Fischsuppe geben. In weiteren zwei bis drei Minuten darin durchziehen lassen. Die Muscheln mit den Tomatenstückchen hinzufügen und kurz erhitzen. Knoblauch und Thymian aus der Suppe entfernen.

Rouille:

Die Kartoffel schälen, in kleine Würfel schneiden und mit Lorbeer und Safran in der Brühe zehn bis 15 Minuten weich köcheln, anschließend abgießen und den Safransud aufbewahren. Den Knoblauch schälen und klein schneiden. Kartoffeln und Knoblauch, Senf, Eigelb, Meersalz und Pfeffer im Mixer pürieren. Dabei nach und nach Olivenöl und so viel Safransud einlaufen lassen, bis eine cremige Soße entstanden ist. Die Brotscheiben damit bestreichen und zur Bouillabaisse servieren.

Alfons Schuhbeck am 21. September 2012

Forelle blau, Meerrettich-Soße, Petersilien-Kartoffeln

Für zwei Personen

2 Forellen, à 300 g	400 g festk. Kartoffeln	1 Kopfsalat
5 Radieschen	1 Ingwerknolle	1 Zitrone
1 Knoblauchzehe	2 TL angedr. Wacholderbeeren	1 rote Chilischote
3 Lorbeerblätter	4 Zweige Dill	8 Stiele Petersilie
1 EL kalte Butter	50 g Sahne	160 ml Weisweinessig
2 EL Salatöl, mild	4 l Gemüsefond	2 TL schwarze Pfefferkörner
1 TL Dijon-Senf	1 EL Sahnemeerrettich	1 TL scharfer Senf
1 Prise Chili, mild, gemahlen	Butter, Zucker	Salz, Pfeffer

Die Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Die Kartoffeln waschen, schälen, vierteln und in einem Topf mit mild gesalzenem Wasser, einem Lorbeerblatt, dem Knoblauch und der Chilischote circa 25 Minuten garen. Die Forellen waschen, in einen großen Topf geben, mit vier Litern des Gemüsefonds auffüllen und erhitzen. Die Ingwerknolle waschen, trockentupfen und in zehn Scheiben schneiden. Die Ingwerscheiben zusammen mit den Lorbeerblättern, den Wacholderbeeren und den Pfefferkörnern zu den Fischen geben. Den Dill und vier Stiele der Petersilie ebenfalls in den Topf geben. Alles einmal aufkochen lassen, vom Herd nehmen und 150 Milliliter Essig dazugeben. Die Forelle in den Sud legen und zehn bis 15 Minuten bei etwa 70 bis 90 Grad saftig durchziehen lassen. Falls die Temperatur zu stark nachlässt, den Topf nochmals auf den Herd stellen. Die Kartoffeln abgießen und etwa 40 Gramm gekochte Kartoffeln beiseite stellen. Die restliche Petersilie waschen trockentupfen, die Blätter abzupfen und klein schneiden. Etwas Butter in einer Pfanne erwärmen, die Kartoffeln darin erhitzen, die Petersilie dazugeben und salzen. Für die Meerrettichsoße in einem Topf den restlichen Fond zusammen mit der Sahne erhitzen, die beiseite gestellten Kartoffeln hineingeben und pürieren. Dann die kalte Butter, den Meerrettich und den Senf zugeben und gut unterrühren. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Soße mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker, Chili und einigen Tropfen Zitronensaft abschmecken. Den Kopfsalat putzen, waschen und halbieren, dann zupfen und trocken schleudern. Die Radieschen ebenfalls putzen und in Scheiben hobeln. Für die Marinade 50 Milliliter Gemüsefond mit Senf, Salatöl und Essig in einen Mixer geben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und gut mixen. Den Salat in der Marinade wenden und in Salatschalen anrichten. Die Meerrettichsoße nochmals kurz erwärmen, durchmixen und einige Löffel auf warmen Tellern verteilen. Die Forelle mit der Schaumkelle aus dem Sud nehmen, auf die Soße setzen und die Kartoffeln daneben anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 21. September 2012

Gefüllter Bach-Saibling auf Kartoffel-Dill-Soße

Für vier Personen

Soße:

0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Kartoffel, klein, ca. 80 g	250 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt, klein	0,5 Schote Chili	1 Scheibe Ingwer
1 Scheibe Knoblauch	50 ml Sahne	1 EL Butter, kalt
1 EL Butter, braun	1 – 2 TL Dillspitzen	Chilipulver, mild

Salz

Kartoffelwürfel:

1 Kartoffel, fest	1 EL Butter, braun	Chilisalzt, mild
-------------------	--------------------	------------------

Saibling:

4 Saiblingsfilets, dick	1 Apfel	0,5 Zitrone
2 TL Meerrettich, frisch	1 Prise Zucker	1 Prise Zimt
1 EL Butter, braun (warm)	Olivenöl	Chilisalzt, mild

Brotchip:

1 Baguette, altbacken	2 – 3 EL Olivenöl, mild	1 TL Zatar
-----------------------	-------------------------	------------

Kräutersalat:

20 g Kräuterblätter	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 EL Olivenöl
---------------------	--------------------------	---------------

Chilisalzt, mild

Soße::

Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Die Kartoffel schälen und in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden. Die Kartoffelwürfel in der Gemüsebrühe mit dem Lorbeerblatt und einer Chilischote knapp unter dem Siedepunkt in 15 bis 20 Minuten weich ziehen lassen. Nach zehn Minuten Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Lorbeer, Chili, Knoblauch und Ingwer entfernen und die Kartoffeln mit der Brühe und Sahne pürieren. Die Butter und braune Butter hinein mixen und mit Salz, Chili und Zitronenabrieb abschmecken. Zum Schluss den Dill hinein rühren.

Kartoffelwürfel:

Die Kartoffeln schälen und in sechs bis acht Millimeter große Würfelchen schneiden. In einer Pfanne in der braunen Butter bei kleiner Hitze goldbraun braten. Mit Chilisalzt würzen. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Saibling:

Die Saiblingsfiletstücke quer soweit durchschneiden, dass die dabei entstehenden beiden Hälften am Rand noch zusammen halten. Zwischen zwei Blättern geölter Klarsichtfolie etwas nachklopfen. Für die Fülle den Apfel schälen, auf einer Vierkantreibe grob raspeln und mit Zitronensaft und dem Meerrettich vermischen. Mit einer kleinen Prise Zucker und wenig Zimt würzen. Die Saiblingsscheiben mit Chilisalzt würzen, den Apfel-Meerrettich darauf verteilen und das Ganze zu Rollen formen. Die Rollen je mit der runden Seite auf ein gebuttertes Backblech stellen, mit Klarsichtfolie bedecken und im vorgeheizten Ofen 15 bis 20 Minuten saftig durchziehen lassen. Mit brauner Butter betupfen. Den Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen.

Brotchip:

Das Baguette in hauchdünne Scheiben schneiden, mit Olivenöl bepinseln und in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur auf beiden Seiten goldbraun braten, mit Zatar würzen. Wahlweise auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Backofen circa 15 Minuten backen, noch mal mit Zatar würzen.

Kräutersalat:

Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben und einen Teelöffel Saft auspressen. Zitronensaft, Zitronenabrieb und Olivenöl vermischen und mit Chilisalzt würzen. Die Kräuterblätter

damit marinieren.

Anrichten:

Die Soße nochmals kurz aufschäumen und in warmen tiefen Tellern verteilen. Je eine Saiblingsrolle hinein stellen, obenauf den Brotchip legen und ein kleines Bouquet Kräutersalat darauf setzen, außen herum Kartoffelwürfel streuen.

Alfons Schuhbeck am 27. April 2012

Kabeljau-Filet auf einem Gewürz-Risotto

Für 4 Personen

Gewürzrisotto:

0,5 Zwiebel, klein	1 EL Olivenöl	150 g Risottoreis
3 EL Weißwein	0,5 l Geflügelbrühe	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Zehe Knoblauch	0,5 Döschen Safran	2 Scheiben Ingwer
0,25 Vanilleschote	50 g Nussmischung	1 EL Butter
Cayennepfeffer	Salz	

Spinatsoße:

200 g Blattspinat	0,5 Zitrone, unbehandelt	2 – 3 Zehen Knoblauch
50 ml Gemüsebrühe	50 g Sahne	1 EL Butter, kalt
1 EL Butter, braun	Muskatnuss	Chilipulver, mild
Salz		

Kabeljau:

4 Kabeljaufilets, entgrätet	1 EL Olivenöl, mild	Chilisalzt, mild
-----------------------------	---------------------	------------------

Sirup:

0,5 – 1 TL Puderzucker	50 ml Balsamico	0,5 – 1 EL Granatapfelsirup
------------------------	-----------------	-----------------------------

Anrichten:

1 EL Rosinen

Gewürzrisotto: Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem breiten Topf bei milder Hitze in dem Olivenöl glasig anschwitzen. Den Reis dazu geben und solange mitschwitzen lassen, bis die Reiskörner heiß sind. Mit dem Weißwein ablöschen, einköcheln lassen und etwas heiße Geflügelbrühe aufgießen. Unter häufigem Rühren immer wieder etwas Flüssigkeit zugeben und vom Reis aufsaugen lassen, bis die Reiskörner nach 15 bis 20 Minuten weich sind, aber noch Biss haben. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Nach gut 15 Minuten Safran, Knoblauch, Ingwer, ausgekratzte Vanilleschote und Zitronenschale mit in das Risotto geben. Sobald der Reis fertig ist, alle ganzen Gewürze wieder entfernen. Die grob gehackten Nüsse mit der Butter darunter ziehen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

Spinatsoße: Den Spinat verlesen, waschen und die groben Stiele entfernen. Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Den Spinat mit Knoblauch in der Brühe kurz erhitzen, die Sahne angießen und nur kurz köcheln lassen. In einen Rührbecher geben und mit dem Stabmixer pürieren, wieder in den Topf gießen. Mit Zitronenabrieb und Muskatnuss würzen. Butter und braune Butter hinein mixen und mit Chilipulver und Salz abschmecken.

Kabeljau: Die Kabeljaufilets trocken tupfen und in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze im Olivenöl beidseitig insgesamt circa sechs bis sieben Minuten braten. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Fisch in der Nachhitze noch einige Minuten saftig durchziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Chilisalzt würzen.

Sirup:

In einer Pfanne den Puderzucker hell karamellisieren, mit Balsamico ablöschen und sirupartig einköcheln lassen. Mit dem Granatapfelsirup verrühren.

Anrichten: Die Rosinen klein hacken. Die Spinatsoße auf vertieften warmen Tellern verteilen, das Risotto in die Mitte setzen, je ein Kabeljaufilet darauf setzen, nach Wunsch Rosinen darauf streuen und den Sirup außen herum träufeln.

Alfons Schuhbeck am 01. Juli 2011

Lauwarmer Brot-Salat mit Seeteufel und Roter-Bete-Soße

Für vier Personen

Apfelspalten:

1 Apfel, groß 1 – 2 TL Puderzucker 1 EL Butter, kalt

Rote-Bete-Soße:

2 Knollen Rote Bete, frisch 1 Schalotte 1 – 2 TL Zucker
150 ml Rote Bete-Saft 2 Scheiben Ingwer 1 Scheibe Knoblauch
0,25 Rinde Zimt 0,5 Orange, unbehandelt 0,5 Zitrone, unbehandelt
1 EL Himbeeressig 1 TL Speisestärke 1 Knolle Rote Bete, gekocht
Kümmel, gemahlen Salz

Brotsalat:

2 Laugenstangen 2 Tomaten 1 TL Zatar (arab. Gewürz)
1 – 2 TL Petersilieblätter 1 EL Butter, kalt Romanasalatherzen
Chilisalz, mild

Seeteufel:

400 g Seeteufel 2 – 3 EL Butter, braun 1 Zehe Knoblauch, klein
1 TL Petersilie, geschnitten Chilisalz, mild

Dekoration:

4 Kirschtomaten 2 Scheiben Gurke, von ca. 1 cm 2 Handvoll Feldsalat
1 Prise Zatar 0,5 Zitrone 1 EL Olivenöl, mild
1 – 2 TL Fenchelkörner Chilisalz, mild

Apfelspalten::

Den Apfel waschen, vierteln, das Kernhaus entfernen und in Spalten schneiden. Den Puderzucker in einer Pfanne bei milder Hitze schmelzen lassen. Die Apfelspalten darin auf beiden Seiten anbraten und die Butter hinein schmelzen lassen.

Rote-Bete-Soße:

Die Rote Bete schälen, klein schneiden und durch eine Saftzentrifuge pressen. Die Schalotte schälen und vierteln. In einem Topf bei milder Hitze den Zucker hell karamellisieren lassen. Den frischen Rote Bete-Saft mit dem Rote Bete-Saft aus der Flasche hinzufügen. Jeweils einen halben Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. Schalottenviertel, Ingwer, Zimtrinde, Orangen- und Zitronenschale dazu geben und mit Salz, einer Prise Kümmel und Himbeeressig würzen. Die Speisestärke mit kaltem Wasser glatt rühren und in den kochenden Saft rühren, bis dieser sämig bindet. Durch ein Sieb gießen, gegebenenfalls nachwürzen und zugedeckt warm halten. Die Rote Bete schälen, in Würfel schneiden und in die Soße rühren.

Brotsalat:

Die Laugenstange in kleine Würfel von circa einen halben Zentimeter schneiden. Die Schalotte schälen und klein würfeln, die Lauchzwiebel putzen und klein würfeln. Die Tomaten entstrunken und über Kreuz einritzen. 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken, enthäuten, vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Brezenwürfel in einer Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fett goldbraun anrösten. Schalotten- und Lauchzwiebelwürfel dazu geben und noch kurz mitrösten. Mit Zatar und Chilisalz würzen. Zum Schluss die Tomatenwürfel mit der Petersilie und der Butter dazu geben, erhitzen und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen. Das Brot muss dabei knusprig bleiben. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Seeteufel:

Den Seeteufel schräg in vier große Medaillons schneiden, in ein bis zwei Teelöffel brauner Butter auf beiden Seiten goldbraun anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, die übrige braune Butter mit der in Scheiben geschnittenen Knoblauchzehe und Petersilie dazu geben und mit Chilisalz würzen.

Dekoration:

Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Gurke schälen und klein schneiden. Den Feldsalat gründlich waschen, putzen und trocken schleudern. Den Feldsalat mit Kirschtomaten, Gurken und Zatar mischen. Mit einem Teelöffel Zitronensaft und Olivenöl mischen und mit Chilisalzwürzen.

Anrichten:

Den Brotsalat mithilfe eines Anrichteringes von acht bis zehn Zentimeter mittig auf vier Teller verteilen. Den Feldsalat darauf verteilen, die Seeteufelscheiben darauf anrichten, die Rote Bete außen herum verteilen und die Apfelspalten darauf anrichten. Mit karamellisiertem Fenchel bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 14. September 2012

Seezunge im Safran-Gewürz-Sud mit Kaviar

Für vier Personen

Seezunge:	12 Seezungenfilets, à 40 g	1 EL Öl
2 EL Butter, braun	Chilisalز	
Safran-Gewürzsud:		
500 ml Fischfond	2 Scheiben Ingwer	1 Zehe Knoblauch
1 Döschen Safran, 0,1 g	100 ml Sahne	0,5 Zitrone, unbehandelt
50 g Butter, kalt	Speisestärke	Curry, mild
Chilisalز		
Kaiserschoten:		
200 g Kaiserschoten	4 EL Geflügelbrühe	Chilisalز
Butter, braun	Salz	
Ofentomaten:		
4 Tomaten	1 Zehe Knoblauch	3 Zweige Rosmarin
2 TL Puderzucker	100 ml Olivenöl, mild	Salz
Anrichten:	4 TL Kaviar	

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Seezunge:

Die Seezungenfilets mit Chilisalز würzen und zu einer Schnecke eindrehen. Auf ein gefettetes Backblech setzen, mit Klarsichtfolie abdecken und je nach Dicke des Fisches, mindestens 15 bis 20 Minuten garen. Anschließend salzen und mit brauner Butter bestreichen.

Safran-Gewürzsud:

Den Fischfond um ein Drittel einköcheln lassen. Ingwer, halbierte Knoblauchzehe und Safran in den Sud geben, einige Minuten ziehen lassen, Ingwer und Knoblauch anschließend entfernen. Die Sahne hinzufügen. Schale der Zitrone abreiben und etwas Saft auspressen. Den Fond mit angerührter Speisestärke abbinden und mit Curry, Zitronenabrieb, Zitronensaft und Chilisalز würzen. Die Butter mit Hilfe eines Stabmixers einmischen.

Kaiserschoten:

Die Kaiserschoten der Länge nach in halbe Zentimeter dicke Streifen schneiden. In reichlich Salzwasser einige Minuten blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. Bei Bedarf die Streifen in vier Esslöffel Geflügelbrühe erwärmen, mit Chilisalز und brauner Butter abschmecken. Den Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Ofentomaten:

Von den Tomaten den Stielansatz herausschneiden und die gegenüberliegenden Seiten kreuzweise einritzen. Die Tomaten etwa eine halbe Minute in siedendes Wasser legen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und eiskalt abschrecken. Die Haut vorsichtig abziehen und die Tomaten vierteln. Nach Belieben die Kerne und die Innenwände entfernen. Die Tomatenfilets mit der runden Seite nach oben dicht nebeneinander auf ein Backblech legen, dazwischen den in Scheiben geschnittenen Knoblauch und den Rosmarin legen, mit dem Puderzucker bestäuben, etwas salzen und mit Olivenöl beträufeln. Die Tomaten im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene etwa eine bis eineinhalb Stunden trocknen.

Anrichten:

Den Sud noch mal aufmischen und mit den Kaiserschoten und Ofentomaten in tiefen Tellern anrichten, die Seezunge mit dem Kaviar und den Kaiserschoten garniert darauf anrichten.

Alfons Schuhbeck am 30. November 2012

Waller aus dem Wurzel-Sud mit Meerrettich-Senf-Soße

Für vier Personen

1 Zwiebel, weiß	2 Karotten, mittelgroß	2 Stangen Staudensellerie
1 l Gemüsebrühe	6 Minikartoffeln	0,25 TL Kurkuma
2 Lorbeerblätter	2 Zehen Knoblauch	1 Schote Chili, rot, getrocknet
1 EL Puderzucker	50 ml Rotweinessig	0,5 TL Senfkörner
3 Wacholderbeeren	5 Pimentkörner	1 TL Pfefferkörner, schwarz
1 EL Zucker	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Scheibe Ingwer
4 Wallerfilets (à ca. 120 g)	2 EL Butter, braun (warm)	30 g Butter, kalt
1 TL Dijonsenf	0,5 – 1 TL Sahnemeerrettich	1 EL Schnittlauchröllchen
Meerrettich, frisch	Chilipulver, mild	Zucker
Salz		

Die Zwiebel und Karotten schälen. Den Staudensellerie putzen, waschen und alles in zwei Zentimeter große Rauten schneiden. In Salzwasser bissfest kochen, auf ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kurz vor dem Anrichten in drei bis vier Esslöffel Brühe erhitzen. Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser mit Kurkuma, einem Lorbeerblatt, einer halbierten Knoblauchzehe und Chili weich kochen, abgießen. In einem Topf bei mittlerer Hitze den Puderzucker hell karamellisieren. Mit Essig ablöschen, mit der übrigen Brühe auffüllen, ein Lorbeerblatt mit den Senfkörnern, Wacholder, Piment und schwarzen Pfeffer hinzufügen und 20 Minuten am Siedepunkt ziehen lassen. Mit Zucker, Chilipulver und etwas Salz abschmecken und vom Herd ziehen. Die übrige halbierte Knoblauchzehe, einen Streifen Zitronenschale und Ingwer hinzufügen und fünf Minuten ziehen lassen. Den Topf vom Herd nehmen, die Wallerstücke einlegen und in acht bis zehn Minuten darin glasig durchziehen lassen. Heraus heben, auf einen warmen Teller setzen und mit brauner Butter bestreichen. Die Wallerfilets aus dem Sud nehmen und kurz warm halten. Den Sud durch ein Sieb gießen, die kalte Butter mit Senf und Sahnemeerrettich in den Sud mixen. Gegebenenfalls mit etwas Zucker, Salz und Essig nachschmecken. Die Wallerfilets in warme tiefe Teller legen, das Gemüse mit den Kartoffeln außen herum anrichten und den schaumig gemixten Sud darüber ziehen. Mit Schnittlauch und frisch geriebenem Meerrettich bestreuen.

Tipp:

Besonders fein schmeckt der Waller, wenn man die Marinade auskühlen lässt, die rohen Fischfilets über Nacht darin durchziehen lässt und anschließend wie beschrieben im heißen Sud fertig stellt.

Alfons Schuhbeck am 02. März 2012

Zander aus dem Ofen mit Grünkohl und Karotten-Ingwer-Soße

Für 2 Personen

250 g Zanderfilet	2 Blätter Grünkohl	2 Knoblauchzehen
20 g Ingwer	1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Orange
1 Schalotte	1 Karotte	50 g Kirschtomaten
5 EL Butter	2 TL kalte Butter	50 g Crème double
100 ml Gemüsefond	1 TL Anisschnaps	2 TL mildes Olivenöl
5 Kardamomkapseln	2 Zimtrindensplitter	1 Vanilleschote
1 Prise gemahlener Koriander	mildes Chilisalz	1 Prise mildes Chilipulver
1 Muskatnuss	Salz	

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit dem Olivenöl einpinseln. Für die Soße die Schalotte schälen und klein würfeln. Die Karotte schälen und in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und vierteln. Eine Knoblauchzehe abziehen und etwa ein Viertel Teelöffel davon abreiben. Den Ingwer schälen und ebenfalls ein Viertel Teelöffel davon abreiben. Die Orangenschale abreiben. Die Schalotten und Karotten in einem Topf mit einem Esslöffel Butter bei milder Hitze glasig anschwitzen. Anschließend die Tomaten dazugeben, noch kurz mitschwitzen, 70 Milliliter Fond angießen und zugedeckt etwa 15 Minuten weich dünsten. Anschließend die Crème double, den Knoblauch, den Ingwer, eine Messerspitze Orangenabrieb und den gemahlene Koriander hinzufügen und zu einer sämigen Soße pürieren. Abschließend das Ganze mit Salz, mildes Chilipulver und Anisschnaps abschmecken. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Für den Grünkohl die feinen Blätter von den harten Blattrippen abzupfen. Die Grünkohlblätter im Salzwasser etwa sechs Minuten blanchieren, in Eiswasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Anschließend die blanchierten Grünkohlblätter in einer Pfanne in dem übrigen Fond kurz erhitzen, zwei Esslöffel kalte Butter dazugeben und mit Chilisalz und Muskatabrieb würzen. Die Zanderfilets waschen, trocken tupfen und in vier etwa gleich große Stücke schneiden. Anschließend auf das Backblech setzen, mit Klarsichtfolie bedecken und je nach Dicke der Fischfilets etwa 15 bis 20 Minuten saftig durchziehen lassen. Für die Gewürzbutter den übrigen Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwerrest ebenfalls in Scheiben schneiden. Die Zitronenschale fein abreiben. Die Vanilleschote halbieren, längs aufschneiden und das Mark einer Hälfte herauskratzen. Die übrige Butter mit dem Knoblauch, dem Ingwer, dem Zitronen- und Orangenabrieb, dem Kardamom, dem Zimt und der Vanille in einem Topf erwärmen und mit Chilisalz würzen. Die Fischfilets mit dem Grünkohl auf Tellern anrichten und mit der Soße garnieren.

Alfons Schuhbeck am 30. Dezember 2011

Zander-Filet auf Apfel-Ingwer-Wirsing und Rote Bete

Für 4 Personen

Wirsing:

0,5 Kopf Wirsing	1 Apfel, rotbackig	2 EL Ingwer, eingelegt
2 EL Butter	100 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
1 EL Butter, braun	Pfeffer, schwarz	Chilipulver, mild
Muskatnuss	Salz	

Rote Bete:

750 g Rote Bete	0,5 TL Kümmel, ganz	1 EL Butter, braun
Chilisalز	Salz	

Zander:

500 g Zanderfilet, mit Haut	1 EL Öl	Pfeffer
Salz		

Eingelegter Ingwer:

200 g Ingwer	100 ml Reisessig	130 g Zucker
Salz		

Wirsing:

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, anschließend in Rauten schneiden oder klein hacken. Den Apfel waschen, vierteln und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. Den Ingwer in feine Streifen schneiden. Die Apfelwürfel in einer Pfanne in einem Esslöffel Butter bei milder Hitze zwei Minuten andünsten. Brühe und Sahne mit dem blanchierten Wirsing und dem Ingwer in die Pfanne geben und erhitzen. Die übrige Butter (einen Esslöffel) mit der braunen Butter hineinrühren und mit Salz, Pfeffer, Chili und etwas Muskatnuss würzen.

Rote Bete:

Die Rote Bete in Salzwasser mit etwas Kümmel weich kochen, schälen und in etwa zwei Millimeter dicke Scheiben, in Spalten oder in einen Zentimeter breite Stifte schneiden. Die Rote Bete in etwas brauner Butter erhitzen und mit Chilisalز würzen.

Zander:

Die Zanderfilets in acht gleich große Stücke schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl mit der Hautseite nach unten einlegen, drei bis vier Minuten kross anbraten. Den Fisch wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne glasig durchziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen, salzen und pfeffern.

Eingelegter Ingwer:

Für den eingelegten Ingwer den Ingwer schälen und auf dem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden. Die Scheiben mit 380 Milliliter Wasser, dem Reisessig, dem Zucker und eineinhalb Teelöffel Salz in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Je zwei Zanderfilets auf warme Teller geben, den Apfel-Ingwer-Wirsing und die Roten Bete daneben anrichten und sofort servieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Dezember 2011

Geflügel

Alm-Hähnchen im Bauern-Brot auf Champagner-Chili-Kraut

Für 4 Personen

Almhähnchen:

0,5 Zitrone, unbehandelt	8 dünne Scheiben Bauernbrot	150 g Kalbsbrät
3 EL Sahne	0,5 Bund Petersilie	4 Hähnchenbrustfilets
2 EL Öl	Muskatnuss	Pfeffer schwarz
Salz		

Kraut:

1 Zwiebel, groß	50 ml Gemüsebrühe	1 TL Puderzucker
100 ml Champagner	800 g Sauerkraut	1 Lorbeerblatt
0,5 TL Korianderkörner	0,5 TL Wacholderbeeren	1 TL Pfefferkörner, schwarz
1 TL Pimentkörner	2 EL Apfelmus	50 g Sahne
0,5 Orange, unbehandelt	2 Scheiben Ingwer	2 EL Butter
0,25 Vanilleschote	Chiliflocken, mild	Zucker
Salz		

Den Backofen auf 140 Grad vorheizen.

Hähnchen:

Ein Ofengitter auf die mittlere Schiene des Backofens schieben und darunter ein Abtropfblech stellen. Etwas Schale der Zitrone abreiben. Jeweils zwei Brotscheiben überlappend nebeneinander legen. Das Kalbsbrät mit der Sahne glatt rühren, mit Zitronenabrieb, frisch geriebener Muskatnuss und etwas Salz und Pfeffer nachwürzen. Die Farce mit Hilfe einer Palette auf die Brotscheiben streichen und die fein geschnittene Petersilie darüber streuen. Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in die Brotscheiben wickeln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die eingewickelten Hendlbrüste zunächst auf der Nahtseite, dann rundum bei milder Hitze goldbraun anbraten. Das Fleisch im vorgeheizten Backofen auf dem Gitter circa 15 Minuten saftig durchziehen lassen.

Kraut:

Die Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Die Brühe in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin so lange dünsten, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Den Puderzucker darüber stäuben und leicht karamellisieren. Mit dem Champagner ablöschen und auf ein Drittel einkochen lassen. Das Sauerkraut dazugeben. Lorbeerblatt, Koriander, Wacholder, Pfefferkörner und Pimentkörner in ein Gewürzsäckchen füllen, das Säckchen verschließen, zum Kraut geben und zugedeckt 30 Minuten köcheln lassen. Das Gewürzsäckchen wieder entfernen. Das Apfelmus und die Sahne unter das Champagnerkraut mischen. Mit etwas Orangenabrieb, Ingwer, Salz, Chiliflocken und Zucker würzen und zuletzt die Butter unterrühren. Die ausgekratzte Vanilleschote hinzufügen, einige Minuten in der Soße ziehen lassen und mit dem Ingwer wieder entfernen. Das Kraut auf vorgewärmten Tellern anrichten, die Hendlbrust schräg halbieren und darauf anrichten.

Tipp:

Zu dem Gericht kann man noch zusätzlich Curryschaum reichen. Hierfür einfach nur 300 Milliliter Brühe mit 50 Milliliter Sahne und einer Prise Curry erhitzen. Etwas Butter hinzufügen und das Ganze mit dem Stabmixer schaumig aufschlagen. Mit etwas Salz abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 25. Februar 2011

Alm-Hähnchen

Für 4 Personen

0,5 Zitrone, unbehandelt	8 dünne Scheiben Bauernbrot	150 g Kalbsbrät
3 EL Sahne	0,5 Bund Petersilie	4 Hähnchenbrustfilets
2 EL Öl	Muskatnuss	Pfeffer schwarz
Salz		

Den Backofen auf 140 Grad vorheizen. Ein Ofengitter auf die mittlere Schiene des Backofens schieben und darunter ein Abtropfblech stellen. Etwas Schale der Zitrone abreiben. Jeweils zwei Brotscheiben überlappend nebeneinander legen. Das Kalbsbrät mit der Sahne glatt rühren, mit Zitronenabrieb, frisch geriebener Muskatnuss und etwas Salz und Pfeffer nachwürzen. Die Farce mit Hilfe einer Palette auf die Brotscheiben streichen und die fein geschnittene Petersilie darüber streuen. Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in die Brotscheiben wickeln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die eingewickelten Hendlbrüste zunächst auf der Nahtseite, dann rundum bei milder Hitze goldbraun anbraten. Das Fleisch im vorgeheizten Backofen auf dem Gitter circa 15 Minuten saftig durchziehen lassen.

Alfons Schuhbeck am 25. Februar 2011

Backhendl, Kartoffel-Spargel-Gröstl, Zitronen-Dip

Für 2 Personen

2 Geflügelbrüste, a 180 g	300 g gekochte Pellkartoffeln	150 g grüner Spargel
150 g weißer Spargel	1 Zitrone	1 Ei
1 Muskatnuss	150 g Crème-fraîche	2 TL scharfer Senf
150 g Weißbrotbrösel	2 Zweige Estragon	2 Zweige glatte Petersilie
1 Prise Majoran	1 Prise Kümmel	1 TL Oregano
1 TL Bohnenkraut	1 TL Rosmarin	1 TL Thymian
1 Prise mildes Chilipulver	1 Prise Zucker	20 g doppelgriffiges Mehl
1 TL Puderzucker	2 EL Butter	70 ml Gemüsefond
Erdnussöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Für den Zitronendip die Milch, die Crème-fraîche und einen Teelöffel Senf glatt rühren. Die Schale der Zitrone reiben und anschließend die Zitrone auspressen. Etwas Zitronensaft und Zitronenabrieb zu dem Dip geben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Chilipulver abschmecken. Den Estragon zupfen und zu dem Dip geben. Für die Backhendl das Ei, das Mehl und den restlichen Senf miteinander vermengen. Mit ein paar Tropfen Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen. Jeweils mit etwas Oregano, Bohnenkraut, Rosmarin, Thymian und etwas Muskat würzen. Die Geflügelbrüste waschen und trocken tupfen. Anschließend schräg in Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Brüste zuerst in der Ei-Mehl-Mischung, dann in den Weißbrotbröseln wenden. Das Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Geflügelstücke goldbraun ausbacken. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen. Die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Von dem Spargel die holzigen Enden entfernen. Den weißen Spargel komplett, den grünen im unteren Drittel schälen. Anschließend schräg in dünne Scheiben schneiden. Den Puderzucker in einer Pfanne hell schmelzen lassen und den Spargel leicht darin anschwitzen. Mit dem Gemüsefond aufgießen. Etwas Zitronenschale in die Pfanne geben und circa fünf Minuten köcheln lassen. Anschließend die Zitronenschale entfernen und mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Einen Esslöffel Butter in der Pfanne braun werden lassen. Die Kartoffelscheiben zugeben und mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Majoran würzen. Zum Schluss die Spargelstücke ohne den Fond untermischen. Die Petersilie zupfen und mit einem Esslöffel Butter in die Pfanne geben. Das Gröstel auf Tellern anrichten, die Backhendlstücke dazulegen und mit dem Zitronendip garnieren.

Alfons Schuhbeck am 10. Juni 2011

Gebackene Hähnchen-Brust

Für 4 Personen

1 Zitrone, unbehandelt	2 Eier	4 Hähnchenbrüste a 120 g
80 g Mehl, doppelgriffig	100 g Weißbrotbrösel	200 ml Öl
1 EL Butter, kalt	Pfeffer	Muskatnuss
Salz		

Die Schale der Zitrone abreiben. Etwa drei Teelöffel des Saftes auspressen. Die Eier verquirlen, mit einem Teelöffel Zitronensaft, Salz, Pfeffer, frisch geriebener Muskatnuss und der Hälfte des Zitronenabriebes 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. In einer zweiten Pfanne die Butter schmelzen, den restlichen Zitronenabrieb und den übrigen Zitronensaft dazu geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die gebackenen Hendlstücke nochmals kurz darin wenden.

Alfons Schuhbeck am 01. April 2011

Hähnchen-Brust in Parmesan-Kardamom-Hülle

Für 2 Personen

2 Hähnchenbrüste, ohne Haut	150 g Romanesco	200 g Tomatenstücke
1 Knolle Ingwer	1 Zehen Knoblauch	1 Muskatnuss
1 Stange Zimt	1 TL Kardamomsaat	80 g Parmesan
3 Eier	20 g Toastbrösel	5 EL doppelgriffiges Mehl
1 EL braune Butter	120 ml Gemüsefond	Olivenöl
mildes Chilusalz	mildes Chilipulver	Zucker
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Kardamom im Mörser fein zerstoßen. Ein Stück von der Ingwerknolle abtrennen, abziehen und reiben. Den Parmesan reiben und mit einem Esslöffel Mehl und den Toastbrösel vermischen. Die Eier und einen halben Teelöffel geriebenen Ingwer hineinrühren. Zum Würzen etwas Zimtrinde und Muskatnuss reiben. Außerdem mit Chilusalz und Kardamom abschmecken. Den Romanesco in Röschen teilen, in Salzwasser fast weich kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Sud behalten Die Knoblauchzehe abziehen und die Hälfte in Scheiben schneiden. Die Tomaten mit zwei Drittel des Gemüsefonds und den Knoblauchscheiben in einem Topf etwa acht Minuten knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Anschließend mit einem Pürierstab drei Esslöffel Olivenöl hineinmischen. Etwas Zimtrinde hineinreiben und alles mit Salz, Chili und Zucker abschmecken. Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen und in etwa vier Scheiben schneiden. Die Scheiben mit Chilusalz würzen. Zuerst die Scheiben in dem restlichen Mehl wenden, anschließend in der selbst hergestellten Parmesanmasse. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrust-Scheiben sanft bei mittlerer Hitze bräunen. Die fertig gebratenen Scheiben auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Romanesco wieder in seinem Sud mit brauner Butter und drei Esslöffeln Gemüsefond erhitzen. Etwas Muskat reiben und zusammen mit Chilusalz auf das Gemüse geben. Die Tomatensauce auf einem Teller verteilen, die Hähnchenbrust-Scheiben darauf verteilen und die Romanescoröschen außen herum legen und alles servieren.

Alfons Schuhbeck am 04. Februar 2011

Hähnchen-Curry mit Basmatireis

Für zwei Personen

300 g Hähnchenbrustfilet	100 g Basmatireis	50 g Zuckerschoten
50 g rote Paprika	50 g Zucchini	150 ml Gemüsefond
1 Banane	100 g Mango	30 g Ingwer
1 Knoblauchzehe	60 ml Schlagsahne	1 EL kalte Butter
1 EL kaltgepresstes Leinöl	1 EL Olivenöl	1 kleine getrocknete Chilischote
1 TL mildes Curry	Chilisalز	1 Prise Zucker
Salz, Pfeffer, schwarz		

Für das Curry die Banane und die Mango schälen und etwa je einen Esslöffel Fruchtfleisch abschneiden. Den Ingwer ebenfalls schälen, zwei Scheiben abschneiden, beiseite stellen und etwa einen Teelöffel Ingwer klein hacken. Den Knoblauch abziehen und die Menge eines Teelöffels klein hacken. Den Gemüsefond mit den Bananenstücken, den Mangostücken, der Schlagsahne, dem Curry, dem Ingwer und dem Knoblauch in einem Topf erhitzen. Die Butter mit dem Leinöl dazu geben und mit einem Stabmixer glatt mixen. Abschließend mit Chilisalز und Zucker abschmecken. Den Reis in einem Sieb waschen, bis das Wasser klar ist. Anschließend in einen Topf geben, mit Wasser fingerbreit bedecken, salzen, die Ingwerscheiben und die Chili einlegen und knapp unter dem Siedepunkt etwa 15 Minuten gar ziehen lassen. Die Paprika halbieren, von den Scheidewänden und den Kernen befreien und klein schneiden. Die Zucchini von den Enden befreien und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Zuckerschoten kurz abrausen und im Ganzen lassen. Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischwürfel rundherum bei mittlerer Hitze anbraten, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze gar ziehen lassen. Abschließend mit dem Gemüse in die Sauce rühren. Das Hähnchencurry mit dem Basmatireis auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 28. April 2011

Hähnchen-Frikassee mit Fluss-Krebsen in Safran-Soße

Für 4 Personen

Soße:

1 EL Puderzucker	100 ml Champagner, brut	250 ml Geflügelbrühe
0,5 Döschen Safran-Fäden	100 g Sahne	2 TL Speisestärke
1 Scheibe Knoblauch	1 EL Butter, kalt	Kurkuma
Chilipulver, mild	Salz	

Gemüse:

0,5 Bund Spargel, grün	1 Bund Minikarotten	1 Bund Frühlingszwiebeln
80 g Egerlinge, sehr klein	Salz	

Huhn:

4 Hähnchenbrüste, enthäutet	1 EL Butter, braun
-----------------------------	--------------------

Fertigstellung:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Zehe Knoblauch
3 – 4 EL Gemüsebrühe	2 Scheiben Ingwer	0,5 Vanilleschote
1 Splitter Zimtrinde	100 g Flusskrebsfleisch	1 EL Butter, braun
Chilisalz, mild		

Anrichten:

1 Trüffel, klein	Kapernäpfel
------------------	-------------

Soße: In einem Topf bei mittlerer Temperatur den Puderzucker goldbraun karamellisieren, mit Champagner ablöschen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Mit der Brühe auffüllen und ein bis zwei Minuten köcheln lassen. Den Safran dazu geben, den Topf vom Herd nehmen und fünf Minuten ziehen lassen bis sich die Farbe entwickelt hat. Dann die Sahne zu der Soße geben und einmal aufkochen lassen. Die Speisestärke mit ein wenig kaltem Wasser glatt rühren und nach und nach in die köchelnde Soße rühren, bis die Soße leicht sämig ist. Die Knoblauchscheibe mit der Butter hinein mixen und mit Salz, Chili und einer Prise Kurkuma würzen.

Gemüse: Den Spargel im unteren Drittel schälen, das holzige Ende entfernen und schräg in circa drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Von den kleinen Karotten das Grün bis auf einen Zentimeter abschneiden, die Karotten putzen und schälen. Die Frühlingszwiebeln putzen und schräg in drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Die Egerlinge putzen. Spargel, Karotten und Frühlingszwiebeln nacheinander in kochendem Salzwasser jeweils bissfest kochen, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Huhn: Die Hähnchenbrust in eineinhalb bis zwei Zentimeter große Stücke schneiden. In einer großen Pfanne in der braunen Butter bei mittlerer Hitze rundherum einige Minuten anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne saftig durchziehen lassen. In die Safransoße geben, erwärmen, aber nicht kochen lassen und gegebenenfalls etwas nachwürzen.

Fertigstellung: Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und Zitrone heraus schneiden. Spargel, Karotten und Frühlingszwiebeln in einer großen Pfanne in der Brühe mit Knoblauch, Ingwer, Vanille, Zimt, Zitronenschale und Orangenschale erhitzen. Zum Schluss die Egerlinge und das Krebsfleisch dazu geben, die braune Butter hinzufügen und mit Chilisalz würzen. Die ganzen Gewürze vor dem Anrichten entfernen.

Anrichten: Das Hühnerfrikassee auf vertieften warmen Tellern anrichten und mit Gemüse, Krebsen und Kapernäpfeln garnieren. Etwas Trüffel darüber reiben.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2011

Kräuter-Hähnchen-Brust mit italienischem Kartoffel-Gemüse

Für 2 Personen

2 Hähnchenbrüste a 150 g	200 g festk. Kartoffeln	1 Strauchtomate
1 Zwiebel	50 g Zucchini	1 unbehandelte Zitrone
1 Knoblauchzehe	1 EL grüne Oliven	1 EL schwarze Oliven
1 TL Puderzucker	0,5 EL Tomatenmark	325 ml Gemüsefond
1 Lorbeerblatt	0,5 Bund Blattpetersilie	0,5 Bund Basilikum
0,5 Bund Kerbel	1 EL mildes Olivenöl	2 TL Rapsöl
mildes Chilisalz	milde Chiliflocken	Salz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Ofengitter mit Abtropfblech in die mittlere Einschubleiste schieben. Die Hühnerbrüste waschen, trockentupfen, von den Geflügelbrüsten die Haut auf einer Seite abheben, ein paar Petersilien- und Kerbelblätter von den Zweigen zupfen und unter die Haut schieben und die Haut straff darüber ziehen. Anschließend eine Pfanne mit dem Rapsöl erhitzen und darin die Hühnerbrüste auf der Hautseite bei milder Hitze etwa sechs Minuten kross anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Geflügelbrüste wenden, noch kurz in der Pfanne lassen und auf das Gitter in den Backofen legen. Anschließend darin für 30 Minuten saftig durchziehen lassen und mit Chilisalz würzen. Die Kartoffeln schälen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und halbieren. 200 Milliliter des Gemüsefonds in einem Topf erhitzen und die Kartoffelwürfel mit dem Lorbeerblatt und der halben Knoblauchzehe in dem Fond 20 Minuten kochen, bis sie weich sind. Anschließend das Lorbeerblatt und den Knoblauch entfernen, über einem Sieb abgießen und den Fond aufbewahren. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Tomate entstrunken, die Oberfläche über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, in kaltem Wasser abschrecken, enthäuten und würfeln. Die Schalotte abziehen und klein würfeln. Die Zucchini von den Enden befreien und in 0,5 zentimetergroße Würfel schneiden. Die Oliven vierteln. Eine Zeste von der Zitrone reiben. Die Basilikumblätter abzupfen und klein hacken. In einem Topf bei mittlerer Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, das Tomatenmark hineinrühren, kurz darin anbraten, die Zwiebeln und das Olivenöl hinzufügen und darin etwas anschwitzen. 125 Milliliter von der Kartoffelbrühe oder den restlichen Gemüsefond dazugeben und kurz etwas köcheln lassen. Anschließend die Kartoffel- und Zucchiniwürfel mit der Zitronenschale dazugeben und etwa zwei Minuten darin köcheln lassen. Danach die Tomatenwürfel mit den Oliven dazugeben, nochmals alles erhitzen und mit Salz und Chiliflocken würzen. Die Kräuterhähnchenbrust mit dem italienischen Kartoffelgemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 24. Februar 2011

Kräuter-Hähnchen-Brust mit Kürbis-Paprika-Soße

Für zwei Personen

2 Hühnerbrüste, mit Haut	300 g Butternusskürbis	250 g Babyspinat
1 rote Paprikaschote	2 Knoblauchzehen	1 Schalotte
1 Ingwer	1 Zitrone	1 Orange
1 Zweig Minze	1 Zweig glatte Petersilie	1 Zweig Dill
1 Muskatnuss	1/2 TL Kurkuma	1 TL Baharat
1 TL Räucherpaprika	70 g kalte Butter	250 ml Geflügelfond
2 EL Gemüsefond	1 EL mildes Chilisalz	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 110 Grad Ober/-Unterhitze vorheizen. Auf die untere Schiene ein Abtropfblech und darüber ein Ofengitter schieben. Von den Hendlbrüsten die Haut von einer Längsseite her lösen und vom Fleisch abheben. An der anderen Längsseite die Haut am Fleisch belassen. Ein paar Blättchen von der Petersilie und der Minze abzupfen, ein paar Dillspitzen abtrennen und das Brustfleisch damit belegen. Anschließend die Haut wieder straff darüber legen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Hendlbrüste auf der Hautseite darin goldbraun anbraten, wenden, auf der Fleischseite kurz anbraten und auf dem Ofengitter im Backofen saftig durchziehen lassen. Die Paprikaschote waschen, trocken tupfen, vierteln, entkernen, schälen und anschließend klein schneiden. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in Würfel schneiden. Eine Knoblauchzehe abziehen, klein schneiden und den Ingwer schälen. Die Kürbis- und Paprikawürfel mit dem Geflügelfond, der Knoblauchzehe und einer Scheibe Ingwer knapp unter dem Siedepunkt weich garen. Mit Kurkuma, Räucherpaprika und Baharat abschmecken und die Soße erhitzen. Anschließend pürieren, 40 Gramm Butter dazugeben und mit Salz abschmecken. Für den Spinat die Spinatblätter verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Den Gemüsefond hinzufügen, den Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Die übrige Butter hinein rühren und mit Salz, Pfeffer, etwas abgeriebener Muskatnuss und Zitronenschale abschmecken. Eine Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Zwei Scheiben vom Ingwer abschneiden und etwas Zitronen und Orangenschale abschälen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl, dem Knoblauch, Ingwer und den Zitronen und Orangenschalen erhitzen und etwas Chilisalz dazugeben. Wenn die Hendlbrüste fertig sind, darin wenden. Den Blattspinat auf einem Teller anrichten, die Soße außen herum träufeln, die Hendlbrust in Scheiben schneiden und darauf anrichten.

Alfons Schuhbeck am 26. Oktober 2012

Zitronen-Kardamom-Hähnchen auf Avocado-Tomaten-Salat

Für 4 Personen

Zitronen-Kardamomhähnchen:

4 Hühnerbrüste, enthäutet	1 – 2 Salzzitronen, eingelegt	1 EL Kardamomkapseln
1 EL Olivenöl	Chilisalز	Kardamom

Zimt

Gurkenschaum:

0,5 Zehe Knoblauch	0,5 Orange, unbehandelt	1 Limette, unbehandelt
1 Salatgurke, kalt	125 ml Wasser, kalt	1 TL Weißweinessig, mild
3 TL Sahne	Dill, frisch	Cayennepfeffer
Salz	Zucker	

Avocado-Tomatensalat:

6 Tomaten, vollreif	1 Avocado	1 Zehe Knoblauch
0,25 Schote Vanille	0,25 Bund Basilikum	1 EL Olivenöl
1 Zitrone, unbehandelt	1 Stange Zimt	Ingwer
Chiliflocken	Zucker	Salz

Zitronen-Kardamomhähnchen:

Von den Hühnerbrüsten die Sehnen entfernen. Die Salzzitronen in dünne Scheiben schneiden. Die Hühnerbrüste in je einem Vakuumbutel mit drei Salzzitronen pro Seite belegen, einige Kardamomkapseln und das Olivenöl zugeben. Den Betel vakuumieren, in einen Topf mit heißem Wasser (circa 70 bis 80 Grad) legen und bei gleichbleibender Temperatur je nach Dicke der Hühnerbrüste etwa 20 Minuten durchziehen lassen.

Gurkenschaum:

eine Messerspitze Orangenschale und Limettenschale abreiben. Die Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und klein schneiden. Die Gurken in einen Mixer geben. Wasser, Essig, Salz, Zucker, fein geriebene Knoblauchzehe, Orangen- und Limettenabrieb hinzufügen. Alles schaumig aufmixen und zuletzt die Sahne, einen Teelöffel frisch geschnittenen Dill und etwas Cayennepfeffer unterrühren. In kleine vorgekühlte Glasstässchen füllen und mit einer Dillspitze garnieren. Den Backofen auf 50 Grad vorheizen.

Avocado-Tomatensalat:

Von den Tomaten den Strunk entfernen, die Oberfläche über Kreuz einritzen, die Tomaten 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, enthäuten, vierteln und entkernen. Die Tomatenviertel auf ein Backblech legen und 20 bis 30 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben, bis sie warm sind. Die Avocado schälen, den Kern entfernen und in Spalten schneiden. Tomaten und Avocado mit Knoblauch, Ingwer, einer Prise Chili, einer Prise Zucker, Basilikumblättern, Olivenöl, Zitronenabrieb und Salz marinieren. Mit Zimtabrieb abschmecken. Den Avocado-Tomatensalat mittig auf einem großen Teller anrichten. Die Vakuumbutel mit den Hühnerbrüsten aufschneiden und die Zitronenscheiben entfernen, dabei den Fond auffangen. Die Hühnerbrüste schräg in dünne Scheiben schneiden und auf den Salat legen. Nach Bedarf mit Chilisalز und Kardamom und Zimt aus der Mühle würzen. Den aufgefangenen Hühnerfond mit einem Löffel um den Salat träufeln. Das Glasstässchen mit dem Gurkenschaum ebenfalls mit auf den Teller stellen und servieren.

Alfons Schuhbeck am 15. Juli 2011

Hack

Orientalische Lamm-Bällchen und Hähnchen-Brust

Für vier Personen

Lammbällchen:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Zwiebel, weiß, groß
100 ml Gemüsebrühe	80 g Toastbrot	2 Eier
1 – 2 TL Dijonsenf	1 Zehe Knoblauch, groß	0,5 TL Ingwer, gerieben
0,25 TL Kreuzkümmel, gerieben	250 g Lammhackfleisch	250 g Kalbshackfleisch
3 EL Petersilie, frisch	Öl	Muskatnuss
Chilipulver, mild	Pfeffer, schwarz	Salz

Joghurt:

0,5 Zitrone, unbehandelt	200 g Joghurt, griechisch	2 EL Sahne
1 EL Minzeblättchen	1 EL Pistazien, gehackt	Chilisalz, mild
Okraschoten	200 g Okraschoten, klein	1 EL Olivenöl
Salz		

Tamarindensoße:

0,5 Limette, unbehandelt	1 EL Speisestärke, ca. 15 g	375 ml Wasser
1 Schote Chili, rot	50 g Zucker	1 TL Salz
3 EL Weißweinessig	1 TL Tomatenmark	0,5 Zehe Knoblauch
0,5 TL Ingwer	1 TL Tamarindenpaste	4 EL Sojasoße, hell
1 TL Korianderblätter		

Hähnchenbrust:

4 Hähnchenbrüste	1 EL Öl	Chilisalz, mild
------------------	---------	-----------------

Spargel:

0,5 Bund Spargel, grün

Lammbällchen::

Etwa eine Messerspitze Schale der Orange und Zitrone abreiben. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne in der Brühe weich köcheln, bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. Das Toastbrot in kleine Würfel schneiden und mit der Milch vermischen. Die Eier mit Senf, Orangen- und Zitronenabrieb, der fein geriebenen Knoblauchzehe, Ingwer und Gewürzen mit einem Stabmixer durchmischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Lammhackfleisch mit Kalbshackfleisch, Zwiebeln, eingeweichtem Brot, Eiern und Petersilie in eine Schüssel geben und zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten. Ein kleines Probepflanzerl braten und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen. Mit befeuchteten Händen kleine Bällchen formen und in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Hitze braten.

Joghurt:

Etwa einen Teelöffel Schale der Zitrone abreiben. Den Joghurt mit der Sahne glatt rühren. Den Zitronenabrieb mit der Minze und den Pistazien hinein rühren und mit Chilisalz würzen.

Okraschoten:

Die Okraschoten waschen, trocken tupfen und in einer großen Pfanne im Öl rundherum heiß anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Anrichten:

Den Joghurt in warmen Schälchen verteilen, die Bällchen darauf anrichten und mit den Okraschoten garnieren. Diese dazu gegebenenfalls halbieren oder dritteln.

Tamarindensoße:

Etwa einen Teelöffel Schale der Limette abreiben. Das Stärkemehl mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. die Chilischote entstrunken, längs halbieren, entkernen, den Samenstrang ebenfalls entfernen und in kleine Würfel schneiden. Das übrige Wasser mit Chili, Zucker, Salz, Essig, Tomatenmark, klein gehacktem Knoblauch und Ingwer aufkochen lassen. Die Stärkemehlmischung

hinein rühren und unter Rühren knapp zwei Minuten leise köcheln lassen. Mit einem Stabmixer kräftig durchmischen. Tamarindenpaste, Sojasoße, Limettenabrieb und Koriandergrün hinein rühren. Die Soße sollte einige Stunden kalt gestellt werden, damit sie gut durchzieht.

Hähnchenbrust:

Die Hähnchenbrust in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze in wenig Öl rundherum anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne einige Minuten durchziehen lassen. Mit Chilisalz würzen.

Spargel:

Den Spargel im unteren Drittel schälen, die holzigen Enden entfernen. In Salzwasser bissfest kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Schräg in drei bis vier Zentimeter lange Stücke schneiden, in Brühe erhitzen, die Butter dazu geben und mit Chilisalz würzen.

Anrichten:

Die Hähnchenbrustwürfel in Schälchen füllen, je etwas Soße darauf träufeln und mit dem Spargel garnieren.

Alfons Schuhbeck am 18. Mai 2012

Innereien

Glasierte Geflügel-Leber mit lauwarmem Kraut-Salat

Für vier Personen

Sesamstangerl:

1 Platte Blätterteig	1 Ei	1 EL Sahne
0,5 EL Sesam	Mehl zum Ausrollen	

Krautsalat:

0,25 Kopf Spitzkohl	1 Karotte	4 EL Butter, braun
5 EL Gemüsebrühe	1 – 2 EL Rotweinessig	1 EL Salatöl, mild
1 EL Dillspitzen	1 EL Cognac	100 ml Kalbsfond
5 g Trüffel, schwarz	Zimt	Chilisalz, mild
Kümmel, gemahlen	Pfeffer, schwarz	Chilipulver, mild
Zucker	Salz	

Birne:

1 Birne, rotschalig	1 – 2 TL Puderzucker	1 EL Butter
---------------------	----------------------	-------------

Rotweinessig:

1 – 2 TL Puderzucker	50 ml Portwein, rot	200 ml Rotwein
50 g Butter, kalt	1 Splitter Zartbitterschokolade	Salz

Leber:

0,5 Orange, unbehandelt	300 g Geflügelleber	1 TL Öl
1 – 2 EL Butter	Chilisalz, mild	

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Sesamstangerl:

Die Blätterteigplatte 30 Minuten bei Zimmertemperatur auftauen lassen. Auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche auf die doppelte Größe ausrollen. Den Teig mit Folie bedeckt für 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Das Eigelb mit der Sahne verrühren, die Teigplatte damit einpinseln und kurz antrocknen lassen. Den Teig mit Hilfe eines nassen Messers in 15 Zentimeter lange, einen Zentimeter breite Streifen schneiden und mit Sesam bestreuen. Die Teigstreifen eindrehen, auf mit Backpapier belegte Backbleche legen und im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Einschubleiste in etwa acht Minuten knusprig braun backen.

Krautsalat:

Den Spitzkohl in feine Streifen hobeln, den Strunk dabei entfernen. Die Karotte schälen und ebenfalls in Streifen hobeln. Kraut und Karotten in einer Pfanne bei mittlerer Hitze in ein bis zwei Esslöffel brauner Butter leicht anbraten, mit Chilisalz würzen und den Kümmel dazu geben. Die Brühe mit Essig, der übrigen braunen Butter und dem Öl verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Marinade über das Kraut geben und den Dill dazu geben. Einige Minuten ziehen lassen und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen. Den Cognac und Kalbsfond auf zwei bis drei Esslöffel einköcheln, mit etwas frisch geriebenem Zimt und Chilipulver würzen, den Trüffel hinein reiben oder hobeln, kurz ziehen lassen und unter den Krautsalat mischen.

Birne:

Die Birne waschen, vierteln, entkernen und in schmale Spalten schneiden. In einer Pfanne bei milder Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, die Birnenspalten darin auf beiden Seiten anbraten und die Butter hinein schmelzen lassen.

Rotweinessig:

Den Puderzucker in einem Topf bei kleiner Hitze schmelzen lassen. Mit Portwein und Rotwein ablöschen und auf ein fünftel einköcheln lassen. Vom Herd nehmen, die kalten Butterstückchen nach und nach hinein rühren, die Schokolade hinein schmelzen lassen und leicht salzen.

Leber:

Etwa einen halben Teelöffel Schale der Orange abreiben. Die Leber putzen, trocken tupfen und

bei milder Hitze in einer Pfanne in ein bis zwei Teelöffel Öl sanft anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Butter hinein schmelzen lassen, mit Chilisalz würzen und den Orangenabrieb hinzufügen. Den Krautsalat mittig auf warmen Tellern anrichten, Leber und Birne außen herum verteilen, die Rotweinsauce darüber träufeln. Die Sesamstangerl anlegen.

Alfons Schuhbeck am 09. März 2012

Kalb

Crépinette vom Kalb-Filet, Minz-Spinat und Rotwein-Butter

Für 4 Personen

Crépinette:

8 – 12 Blätter Spinat, groß	0,5 Zehe Knoblauch	0,5 TL Ingwer
350 g Kalbsbrät	2 – 3 EL Sahne, kalt	1 Tl Senf, scharf
1 Prise Koriander	4 Kalbsfilet a 40 g	3 – 4 EL Kräuter, (Petersilie, Kerbel)
Pfeffer	Cayennepfeffer	Muskatnuss
Zimt	Salz	

Spinat:

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

Rotweinbutter:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 TL Puderzucker, gesiebt
200 ml Rotwein, kräftig	100 g Butter, sehr kalt	1 Scheibe Ingwer, frisch
1 Scheibe Knoblauch	Pfeffer	Salz

Den Dampfgarer auf 80 Grad vorheizen.

Crépinette: Die Spinatblätter in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen und leicht überlappend zu vier großen Kreisen auf ein Küchentuch legen. Ein zweites Küchentuch darüber legen und mit einem Rollholz glatt ausrollen, sodass der übrige Saft der Blätter von den Tüchern aufgesaugt wird. Die Knoblauchzehe und ein kleines Stück Ingwer fein reiben. Die Kalbsfarce mit der Sahne glatt rühren und mit Knoblauch, Ingwer, Senf, Koriander, Pfeffer, Cayennepfeffer, Muskatnuss, Salz und einer Prise Zimt abschmecken. Die Filetstücke in den frisch geschnittenen Kräutern wenden. Die Spinatmatte mit der Farce bestreichen und die Filetstücke darin einrollen. Mit jeweils einer Schicht Klarsichtfolie und Alufolie einrollen. Die Crépinette circa 15 bis 20 Minuten im vorgeheizten Dampfgarer garen.

Spinat: Einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone herausschneiden. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Die Spinatblätter verlesen, waschen und trocken schleudern, grobe Stiele entfernen. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Die Brühe und Sahne mit den Zitruschalen, ausgekratzter Vanilleschote, Zimt, Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Den Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und brauner Butter würzen. Vanille, Zimt, Knoblauch und Ingwer entfernen. Den Spinat mixen. Die Minze in feine Streifen schneiden und unter den Spinat ziehen.

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

Tipp: Das Gericht lässt sich noch durch Trompetenpilze und gehackte Pistazien aufpeppen.

Alfons Schuhbeck am 24. Juni 2011

Gesurte Kalb-Haxe auf Chili-Rahm-Kraut

Für vier Personen

Kalbshaxe:

0,5 Kalbshaxe, gepökelt 100 g Speck, durchwachsen 1 Zwiebel
50 g Butter, braun 0,5 Zitrone, unbehandelt

Rahmkraut:

1 Zwiebel, groß 50 ml Gemüsebrühe 1 TL Puderzucker
100 ml Weißwein 800 g Sauerkraut 1 Lorbeerblatt
0,5 TL Korianderkörner 0,5 TL Wacholderbeeren 1 TL Pfefferkörner, schwarz
1 TL Pimentkörner 2 EL Apfelmus 50 g Sahne
0,5 Orange, unbehandelt 2 Scheiben Ingwer 2 EL Butter
0,25 Schote Vanille Chilisal, mild Zucker

Spitzkohl:

0,25 Spitzkohl 1 EL Puderzucker 1 EL Butter, kalt
Chilisal, mild

Apfelspalten:

1 Apfel, groß 1-2 TL Puderzucker 1 EL Butter, kalt

Kalbshaxe: Die Kalbshaxe in einem entsprechend großen Beutel vakuumieren und in heißem Wasser bei 90 bis 100 Grad circa drei Stunden gar ziehen lassen. Den Speck in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne im Öl knusprig braten und auf einem Sieb abgießen. Die Zwiebel schälen, klein würfeln und in der Butter bei milder Hitze glasig anschwitzen. Den Speck und etwa einen halben Teelöffel Zitronenabrieb dazu geben. Die Kalbshaxe aus dem Vakuumbbeutel nehmen und in der Speck-Zwiebel-Butter wenden.

Rahmkraut: Für das Kraut die Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Die Brühe in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin so lange dünsten, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Den Puderzucker darüber stäuben und leicht karamellisieren. Mit dem Weißwein ablöschen und auf ein Drittel einkochen lassen. Das Sauerkraut dazugeben. Lorbeerblatt, Koriander, Wacholder, Pfeffer und Piment in ein Gewürzsäckchen füllen, das Säckchen verschließen, zum Kraut geben und zugedeckt 30 Minuten köcheln lassen. Das Gewürzsäckchen wieder entfernen, das Apfelmus und die Sahne unter das Champagnerkraut mischen. Mit einem halben Teelöffel Orangenabrieb, Ingwer, Chilisal, Chiliflocken und Zucker würzen und zuletzt die Butter unterrühren. Die Vanilleschote hinzufügen, einige Minuten in der Sauce ziehen lassen und mit dem Ingwer wieder entfernen.

Spitzkohl: Vom Spitzkohl den Strunk entfernen und den Spitzkohl in zwei Zentimeter große Blätter schneiden. In einer großen, tiefen Pfanne den Puderzucker hell karamellisieren. Die Spitzkohlblätter darin anbraten, die Butter dazu geben und mit Chilisal würzen.

Apfelspalten: Den Apfel waschen, vierteln, das Kernhaus entfernen und in Spalten schneiden. Den Puderzucker in einer Pfanne bei milder Hitze schmelzen lassen. Die Apfelspalten darin auf beiden Seiten anbraten und die Butter hinein schmelzen lassen.

Anrichten: Das Rahmkraut auf warmen Tellern verteilen, die Kalbshaxenscheiben darauf anrichten, die Spitzkohlblätter außen herum verteilen und die Apfelspalten dazwischen legen.

Alfons Schuhbeck am 19. Oktober 2012

Kalb-Haxe mit Bohnen-Dill-Gemüse

Für 4 Personen

Kalbshaxe:

2 Zwiebeln	1 Karotte	120 g Knollensellerie
1 Kalbshaxe, ca. 3 kg	2 – 3 EL Öl	2 TL Puderzucker
150 ml Rotwein	1 EL Tomatenmark	500 ml Geflügelbrühe
1 Lorbeerblatt	0,5 Schote Vanille	1 TL Senfkörner
2 TL Korianderkörner	2 TL Kardamomkapseln, grün	2 TL Fenchelsamen
1 Zimtrinde	0,5 TL Pfefferkörner, schwarz	0,5 Zitrone
0,5 Orange	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 Zweig Thymian	2 TL Speisestärke	1 Trüffel, schwarz
Pfeffer	Salz	

Bohnen-Dillgemüse:

200 g Bohnen, fein und grün	200 g Bohnen, breit	5 EL Gemüsebrühe
1 Zehe Knoblauch	0,5 Zitrone	100 g Kirschtomaten, klein
1 EL Bohnenkraut	2 EL Dillspitzen	Chilisalز, Salz

Kartoffeln:

1 Zehe Knoblauch	100 g Kartoffeln, klein	0,5 TL Kümmel
1 EL Butter, braun	1 TL Bratkartoffelgewürz	Chilisalز, Salz

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. Zwiebeln, Karotte und Knollensellerie schälen und klein schneiden. Die Kalbshaxe in einem Bräter in ein bis zwei EL Öl bei mittlerer Hitze rundherum anbraten und heraus nehmen. Das übrige Fett aus dem Bräter tupfen, Puderzucker hineinstäuben und darin hell karamellisieren lassen. Das Tomatenmark hinein rühren, anbräunen, mit der Hälfte des Rotweines ablöschen, sämig einköcheln lassen, den übrigen Rotwein angießen und ebenfalls einköcheln. Das Gemüse bei mittlerer Hitze in einer Pfanne im übrigen Öl glasig anschwitzen, in den Bräter geben, die Brühe angießen und die Kalbshaxe darauf setzen. Einen Deckel auflegen und mit mehrmaligem Wenden in viereinhalb Stunden im vorgeheizten Ofen weich garen. Nach zwei Stunden den Deckel abnehmen und die Kalbshaxe gelegentlich mit der Soße übergießen. Jeweils einen Streifen Schale aus der Zitrone und Orange herausschneiden. Die Kalbshaxe heraus nehmen, Lorbeerblatt und Pfefferkörner in die Soße geben und die Soße etwas einreduzieren lassen. Die restlichen Gewürze einlegen und einige Minuten darin ziehen lassen. Die Soße durch ein Sieb gießen und das Gemüse dabei etwas mit durch drücken, mit Salz abschmecken. Nach Belieben mit etwas in Wasser glatt gerührter Speisestärke abbinden. Den Trüffel in kleine Würfel schneiden und in die Soße rühren.

Die Bohnen putzen, die breiten Bohnen schräg in circa drei Zentimeter lange Rauten schneiden, die feinen Bohnen halbieren. Beide in Salzwasser weich kochen, mit kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Kirschtomaten halbieren. Zwei Streifen Schale aus der Zitrone herausschneiden. Die Bohnen in etwas Brühe erhitzen. Die Knoblauchzehe schälen, in feine Scheiben schneiden und zusammen mit den Zitronenschalenstreifen zu den Bohnen geben. Die Kirschtomaten noch kurz erhitzen und mit Bohnenkraut, Dill und Chilisalز würzen.

Die Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Kartoffeln in Salzwasser mit dem Kümmel in zehn bis 15 Minuten weich kochen. Anschließend gut auskühlen lassen und vierteln. In der braunen Butter anbraten und mit Knoblauch, Bratkartoffelgewürz und etwas Chilisalز abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 18. November 2011

Kalb-Medaillons mit Grünkohl und Kürbis-Paprika-Soße

Für 2 Personen

3 Medaillons vom Kalbfilet, 3 cm	300 g Grünkohl	1 rote Paprikaschote
150 g Muskatkürbis	125 ml Geflügelfond	1 Knoblauchzehe
20 g Ingwer	1/4 TL Kurkuma	1 Msp. Räucherpaprika
1 Prise Zimtrinde	1 TL Öl	2 EL braune Butter
40 g kalte Butter	mildes Chilisalز	Salz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Auf die unterste Schiene ein Ofengitter und darunter ein Abtropfblech schieben. Die Kalbsmedaillons waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne in wenig Öl bei mittlerer Hitze rundherum anbraten. Anschließend auf das Ofengitter legen und im vorgeheizten Backofen 30 Minuten rosa durchziehen lassen. Die Paprikaschote waschen, vierteln, entkernen, entstrunken und mit einem Sparschäler schälen, anschließend klein schneiden. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und eine Scheibe abschneiden. Den Kürbis und die Paprika in dem Geflügelfond mit Knoblauch und der Ingwerscheibe in einem Topf etwa 20 Minuten knapp unter dem Siedepunkt weich garen. Anschließend das Kurkuma, Räucherpaprika und Zimt hinzufügen, die Soße pürieren, die kalte Butter einmischen und salzen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Grünkohl waschen, die feinen Blätter von den harten Blattrippen zupfen, in dem Salzwasser etwa vier Minuten fast weich kochen, auf einem Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne die braune Butter erwärmen, mit dem Chilisalز würzen und die Kalbsmedaillons darin wenden. Die Kalbsmedaillons mit dem Grünkohl und der Kürbis-Paprika-Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 25. November 2011

Lamm

Flambierter Lamm-Rücken im orientalischen Gewürz-Mantel

Für 4 Personen

Lammrücken:

0,5 Zehe Knoblauch	0,5 TL Ingwer	350 g Geflügelfarce
2 – 3 EL Sahne, kalt	3 – 4 EL frische Kräuter	4 Lammrücken a 40 g
Paprika, edelsüß	Kurkuma, Kreuzkümmel, Zimt	

Soße:

1 TL Puderzucker	3 EL Portwein, rot	125 ml Rotwein
400 ml Lammfond	1 – 2 TL Speisestärke	1 Zehe Knoblauch
0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Scheibe Ingwer	1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter, kalt	Pfeffer, schwarz	Salz

Spinat:

800 g Blattspinat, jung	150 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
0,5 Zehe Knoblauch	0,5 TL Ingwer	0,25 Vanilleschote
1 EL Butter, kalt	1 EL Butter, braun	Chilipulver, mild
Muskatnuss	Salz	

Couscous:

100 g Couscous, libanesisch	1 Lorbeerblatt	1 EL Butter, braun
Chiliflocken, mild	Salz	

Den Dampfbackofen auf 80 Grad vorheizen.

Lammrücken: Knoblauchzehe und Ingwer fein reiben. Die Geflügelfarce mit der Sahne glatt rühren und mit Knoblauch, Ingwer, einer Prise Paprika, Kurkuma, Kreuzkümmel und Zimt abschmecken. Die Lammrückenstücke in den Kräutern wenden. Vier Silikon-Halbkugel-Formen mit Klarsichtfolie auslegen, je einen Löffel der Farce hinein geben, den in Kräutern gewälzten Lammrücken hinein setzen und mit der Geflügelfarce bedecken. Mit der Folie verschließen. Die Lammpäckchen im vorgeheizten Dampfbackofen in der Silikonform circa 15 Minuten garen. Aus der Folie wickeln und mit einem Bunsenbrenner goldbraun abflämmen.

Soße: Den Puderzucker hell karamellisieren, mit Rotwein und Portwein ablöschen und weitgehend einköcheln lassen. Mit Lammfond auffüllen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren und in den köchelnden Jus rühren, bis er leicht sämig bindet. Die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden, einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Knoblauch, Ingwer, Rosmarin und Zitronenschale einlegen, mit Salz und Pfeffer würzen, einige Minuten ziehen lassen und durch ein Sieb gießen. Zum Schluss die Butter hineinrühren.

Spinat: Den Spinat verlesen, waschen und grobe Stiele entfernen. Die Brühe in eine heiße tiefe Pfanne gießen. Etwa die Hälfte vom Spinat in der Brühe kurz zusammenfallen lassen. Die Sahne angießen und nur kurz köcheln lassen. Das Ganze in einen Rührbecher geben, mit dem Stabmixer pürieren und wieder in die Pfanne gießen. Die Knoblauchzehe und den Ingwer auf einer Zestenreibe fein reiben. Die restlichen ganzen Spinatblätter unter die Masse ziehen, die Vanilleschote einlegen, Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Mit Muskatnuss würzen, Butter und braune Butter hinzufügen und mit Salz und Chili würzen, Gewürze entfernen.

Couscous: Den Couscous in Salzwasser mit dem Lorbeerblatt ein bis eineinhalb Stunden weich kochen, auf einem Sieb abgießen und in einer Pfanne in brauner Butter mit Chili schwenken.

Anrichten: Den Spinat auf warmen Tellern anrichten, außen herum den Lammjus träufeln, den Couscous auf den Spinat streuen und je ein Lammpäckchen darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 18. März 2011

Lamm-Rücken auf Bohnenkraut-Polenta mit Tomaten

Für 2 Personen

300 g Lammrückenfilet	35 g Instant Polenta	100 g Kirschtomaten
2 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer, klein	1 Vanilleschote
1 Zimtstange	1 Prise getr. Bohnenkraut	1 Muskatnuss
1 Prise Räucherpaprika	1 Prise Paprikapulver, edelsüß	1 Prise Chilipulver, mild
1 Prise Kurkuma	120 ml Gemüsefond	120 ml Milch
50 ml Sahne	2 EL Olivenöl	gebräunte Butter
mildes Chilisalz		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Butter in der Pfanne anbräunen. Den Lammrücken waschen und trocken tupfen, in die Pfanne geben und von allen Seiten anbraten. Anschließend in den Ofen geben und circa 20-30 Minuten rosa garen. Für das Polentapüree den Gemüsefond mit der Milch aufkochen. Die Polenta einrieseln lassen und unter ständigem Rühren cremig werden lassen. Den Knoblauch abziehen und hineinreiben. Den Ingwer schälen, reiben und circa eine Messerspitze zu dem Püree geben. Das Ganze mit Salz, Bohnenkraut, Kurkuma, Chili, Paprikapulver, Räucherpaprika und etwas Muskat würzen. Die Sahne schlagen und mit der gebräunten Butter unter die Polenta rühren. Die Kirschtomaten waschen und vierteln. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Tomaten darin erhitzen. Das Chilisalz über die Tomaten geben. Butter in der Pfanne braun werden lassen. Den Knoblauch abziehen und andrücken. Die halbierte Zimtstange, die Vanilleschote, den Knoblauch und etwas Chilisalz zu der braunen Butter geben. Den Lammrücken aus der Pfanne nehmen und in der Butter anschwanken. Die Polentacreme auf Tellern verteilen. Die Lammrückenfilets schräge in circa ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und auf der Polenta anrichten. Die Tomaten um das Ganze verteilen und servieren.

Alfons Schuhbeck am 28. Oktober 2011

Lamm-Rücken auf Kraut-Fleckerl mit Spitzpaprika

Für zwei Personen

300 g Lammrückenfilet	1 rote Spitzpaprika	200 g junges Weißkraut
2 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer	1 Zitrone
1 Zweig Thymian	100 g griechischer Joghurt	1 EL kalte Butter
200 ml Gemüsefond	mildes Chilisalz	Pflanzenöl
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammrückenfilet waschen, trocken tupfen und quer halbieren. Etwas Pflanzenöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch rundherum anbraten. Anschließend auf das Ofengitter geben und etwa 30-35 Minuten rosa garen. Die Spitzpaprika halbieren, entkernen und in circa zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Etwa 100 Milliliter Gemüsefond in einer Pfanne erhitzen und die Paprika darin garen, bis die Flüssigkeit verkocht ist. Den Weißkohl putzen, entstrunken und in circa drei Zentimeter große Rauten schneiden. In einer Pfanne Pflanzenöl erhitzen und den Weißkohl anbraten. Das Ganze mit 80 Milliliter Gemüsefond aufgießen. Eine Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Den Knoblauch und zwei Scheiben Ingwer dazugeben. Nach einigen Minuten wieder entfernen. Die Spitzpaprika und die kalte Butter einrühren und mit Chilisalz abschmecken. Für den Dip den Thymian zupfen und fein hacken. Den restlichen Gemüsefond erhitzen und einrühren. Etwas Zitronenschale reiben und anschließend die Zitrone auspressen. Etwas Zitronenabrieb mit einem Esslöffel Olivenöl einrühren und mit Chilisalz und etwas Zitronensaft abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Die Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Etwas Olivenöl erhitzen und den Knoblauch, den Ingwer und ein Stück Zitronenschale hineingeben. Das Fleisch darin schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch auf Tellern anrichten. Das Weißkohl- und Paprikagemüse ebenfalls auf den Teller geben. Etwas von dem Gewürzöl aus der Fleischpfanne über das Fleisch träufeln. Den Thymian-Zitronen-Dip in ein kleines Schälchen geben und dazu servieren.

Alfons Schuhbeck am 23. März 2012

Lamm-Rücken mit karamellisiertem Spitzkohl

Für 4 Personen

Lammrücken:

2 Lammrücken, ca. 600 g 1 – 2 TL Öl Pfeffer
Öl

Apfel-Dattel-Spitzkohl:

700 g Spitzkohl 1 Zwiebel, mittelgroß 1 Karotte
1 Sellerie 0,5 Apfel 1 TL Puderzucker
100 ml Weißwein 150 ml Apfelsaft 1 Schote Vanille
20 g Walnüsse 20 g Pistazien 4 Datteln
1 TL Dillspitzen Ingwer Chilisalز
Sahne Kümmel

Ras-el-Hanout-Dip:

200 ml Joghurt, griechisch 1 – 2 TL Ras el Hanout Chilisalز

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Lammrücken:

Ein Ofengitter auf die mittlere Einschubleiste des Backofens schieben und darunter ein Abtropfblech stellen. Die beiden Lammrücken quer halbieren und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl rundherum anbraten. Auf das Ofengitter legen und in etwa 40 Minuten darin rosa durchziehen lassen. Anschließend salzen und pfeffern.

Apfel-Dattel-Spitzkohl:

Den Spitzkohl entstrunken, vierteln, in einzelne Blätter teilen und in drei Zentimeter große Rauten schneiden. Zwiebel, Karotte, Sellerie und Apfel schälen, den Apfel entkernen. Alles in kleine Würfel schneiden. Den Puderzucker in einen breiten Topf stäuben und bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Zwiebel-, Karotten- und Selleriewürfel und Spitzkohl dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein und Apfelsaft ablöschen und etwas einreduzieren lassen. Den Spitzkohl bei milder Hitze in acht bis zehn Minuten weich dünsten. Nach circa fünf Minuten die Apfelwürfel unterziehen. Die Sahne in einen kleinen Topf geben und einreduzieren lassen. Unter den Spitzkohl ziehen und mit Kümmel, der Vanilleschote, Ingwer und Chilisalز würzen. Die Nüsse sowie die in Streifen geschnittenen Datteln unterrühren und mit den fein gehackten Dillspitzen garnieren.

Ras el Hanout-Dip:

Den Joghurt mit einem Schneebesen oder einer Gabel glatt rühren, das Gewürz dazu geben und mit dem Chilisalز abschmecken.

Anrichten:

Den Ras el Hanout-Dip auf vier Tellern als Spiegel verteilen, je ein Lammrückenstück darauf setzen und das Spitzkohlgemüse daneben geben.

Alfons Schuhbeck am 02. Dezember 2011

Lamm-Schnitzel auf Spargel-Gemüse mit Minz-Joghurt

Für zwei Personen

300 g Lammschnitzel	150 g weißer Spargel	150 g grüner Spargel
1 Zitrone	50 g Weißbrotbrösel	150 g Rahmjoghurt
2 EL kalte Butter	1 Ei	70 ml Gemüsefond
1 Msp. Zitronenabrieb	2 EL Minzeblättchen	1/2 Bund Dillspitzen
50 g doppelgriffiges Mehl	Chiliflocken	Mildes Chilisalz
Pflanzenöl	Zucker	Salz, Pfeffer

Die Minze und den Dill fein schneiden. Mit dem Joghurt, etwas Zitronenabrieb und zwei Esslöffeln Zitronensaft vermischen und mit etwas Chiliflocken, dem Salz und dem Zucker abschmecken. Den weißen Spargel schälen und von den Enden befreien. Anschließend den grünen Spargel waschen und nur im unteren Drittel schälen, anschließend von den Enden befreien. Die Spargelstangen in etwa ein Zentimeter schräge Stücke schneiden. Den Spargel in eine Pfanne geben, den Fond angießen und bei milder Hitze etwa sieben Minuten bissfest garen. Anschließend die Butter hineinrühren und mit Chilisalz abschmecken. Die Lammschnitzel in dünne Scheiben schneiden und mit dem Handballen etwas flach drücken. Die Schnitzel mit Chilisalz abschmecken und zunächst in doppelgriffigem Mehl, einem verquirltem Ei und den Weißbrotbröseln wenden. In einer großen Pfanne bei mittlerer Temperatur in fingerdickem Öl auf beiden Seiten goldbraun braten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Salz abschmecken. Die Lammschnitzel auf einem Teller anrichten. Den Spargel dazugeben, mit dem Minz-Joghurt garnieren und servieren.

Alfons Schuhbeck am 20. April 2012

Lamm-Schulter mit Spargel

Für 4 Personen

Lamm-Ragout:

800 g Lammschulter, entbeint	1 Karotte	400 g Schalotten
0,25 Gemüsefenchel	1 Stange Staudensellerie	2 Tomaten
1 – 2 EL Öl	1 TL Puderzucker	350 ml Rotwein, kräftig
1 EL Tomatenmark	1 l Geflügelbrühe	1 Lorbeerblatt
0,5 Zitrone, unbehandelt	2 Zehen Knoblauch	2 Scheiben Ingwer
2 – 3 Zweige Thymian	20 g Butter, kalt	Cayennepfeffer

Lammrücken:

2 Lammrücken	1 EL Kokosfett	2 EL Butter, braun
1 Stange Zimt	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 Vanilleschote, klein	Chilisalz	

Spargel:

1 – 2 TL Puderzucker	300 g Spargel, grün	300 g Spargel, weiß
0,25 Bund Petersilie	70 ml Gemüsebrühe	1 – 2 EL Butter
	Chilipulver	Pfeffer, Salz

Lamm-Ragout: Das Lammfleisch in drei Zentimeter große Würfel schneiden. Die Karotte und die Schalotten schälen. Die Schalotten vierteln und die Karotte in Scheiben schneiden. Den Fenchel und Staudensellerie putzen. Den Sellerie schräg in einen halben Zentimeter dicke Scheiben und den Fenchel in ein bis zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Tomaten etwa 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, in kaltem Wasser abschrecken, enthäuten, vierteln, entkernen und das Tomatenfleisch in Würfel schneiden. Das Lammfleisch in einem Schmortopf in Öl bei mittlerer Hitze portionsweise anbräunen und aus dem Topf nehmen. Den Puderzucker hineinstäuben, hell karamellisieren lassen, mit der Hälfte des Rotweines ablöschen, das Tomatenmark hineinrühren und sämig einköcheln lassen. Den übrigen Rotwein hinzufügen und nochmals einköcheln lassen. Bis auf die Tomatenwürfel alle Gemüsesorten hineinrühren, die Fleischwürfel hinzufügen und mit der Brühe auffüllen. Einen Deckel so auflegen, dass noch ein Spalt frei bleibt und zwei Stunden schmoren lassen, bis das Fleisch weich ist. Nach eineinhalb Stunden den Deckel abnehmen und das Lorbeerblatt einlegen. Zum Schluss die Tomatenwürfel hineinrühren. Einen Streifen Schale aus der Zitrone ausschneiden. Geschälte und halbierte Knoblauchzehen, Ingwer, Thymian und Zitronenschale einlegen, die Gewürze einige Minuten darin ziehen lassen und samt dem Lorbeerblatt anschließend entfernen. Die Butter hinein schmelzen lassen und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Lammrücken: Die Lammrücken in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Kokosfett rundherum anbraten. Auf das Ofengitter legen und in etwa 20 bis 30 Minuten im vorgeheizten Backofen rosa durchziehen lassen. Braune Butter mit Zimtstange, dem Knoblauch, der Ingwerscheibe, der Vanilleschote und Chilisalz in einer Pfanne erwärmen. Die Lammrücken darin wenden.

Spargel: Den Spargel schälen. Den grünen Spargel dabei nur im unteren Drittel schälen und die Spargelstangen in schräge Stücke von circa einen halben Zentimeter Dicke schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze den Puderzucker farblos karamellisieren, den Spargel darin kurz anschwitzen, die Brühe dazu geben und in sechs bis acht Minuten bei milder Hitze bissfest garen. Butter und Petersilie dazu geben, mit Salz und Pfeffer oder Chilipulver würzen.

Anrichten: Das Lamm-Ragout auf warmen Tellern anrichten, den Lammrücken schräg in breite Scheiben schneiden, an das Ragout anlegen und mit dem Spargel garnieren.

Alfons Schuhbeck am 29. April 2011

Lamm-Spießchen mit Tzatziki und Okra-Schoten

Für 2 Personen

300 g Lammlachse	300 g Okraschoten	1 kleine Salatgurke
1 rote Paprika	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Orange	1 Zweig Dill
1 Zweig Rosmarin	10 Lorbeerblätter	1 Ingwerknolle
1 Zimtstange	150 g griech. Joghurt	7 EL Olivenöl
milde Chiliflocken	Salz, schwarzer Pfeffer	

Die Gurke schälen, längs halbieren, die Kerne entfernen und in sehr kleine Würfel schneiden. In kochendem Salzwasser etwa 30 Sekunden blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken. Eine Knoblauchzehe schälen, klein hacken und mit Salz bestreuen. Mit dem Messerrücken etwas zerreiben. Einen Esslöffel Olivenöl in einem kleinen Topf leicht erwärmen und den Knoblauch darin ein paar Minuten ziehen lassen. Den Joghurt mit dem Knoblauch-Öl glatt rühren und die Gurkenwürfel hinzufügen. Den Dill waschen, trocken schütteln und abzupfen. Mit dem Joghurt-Gurken-Gemisch verrühren und mit Salz und Chiliflocken abschmecken. Für die Spieße den Lammrücken in zwei bis zweieinhalb Zentimeter große Stücke schneiden. Die Zwiebel halbieren und abziehen, die Paprika ebenso halbieren, putzen und waschen. Anschließend beides in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Lammfleischwürfel abwechselnd mit Zwiebel- und Paprikastücken, sowie den Lorbeerblättern auf Spieße stecken. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze mit einem Esslöffel Olivenöl rundherum drei bis vier Minuten braten. Vom Herd nehmen und noch etwas nachziehen lassen. Die zweite Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Die Ingwerknolle waschen und großzügig schälen. Anschließend zwei Scheiben abschneiden. Von der Zitrone sowie der Orange jeweils einen Streifen der Schale abreiben. Die Zimtstange halbieren. Den Rosmarinzwig waschen und trocken schütteln. Dann vier Esslöffel Olivenöl mit den Knoblauchscheiben, dem Ingwer, der Zitronen- und Orangenschale, der Zimtstange sowie dem Rosmarinzwig zu den Lammspießen geben und sie darin wenden. Nun die Okraschoten waschen, putzen und gut trocken tupfen. In einer Pfanne einen Esslöffel Öl erhitzen und die Schoten bei mittlerer Hitze von allen Seiten kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Lammfleischspießchen mit dem Tzatziki und den Okraschoten auf warmen Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Juni 2012

Rind

Boeuf bourguignon

Für vier Personen

Ragout:

1 Zwiebel	1 Karotte	150 g Knollensellerie
600 g Rinderfilet	1 EL Öl	1 EL Tomatenmark
50 ml Portwein, rot	250 ml Rotwein	0,75 l Geflügelbrühe
1 Lorbeerblatt, klein	0,5 TL Pfefferkörner, schwarz	0,5 TL Korianderkörner
0,5 TL Pimentkörner	0,5 TL Wacholderbeeren	1 TL Speisestärke
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	0,5 Orange, unbehandelt
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,25 Schote Vanille	1 Splitter Zimtrinde, klein
1 EL Butter	Puderezucker, Pfeffer, Salz	

Garnitur:

80 g Perlzwiebeln	80 ml Geflügelbrühe	1 Prise Kurkuma
5 Fäden Safran	1 Splitter Zimtrinde	0,25 Schote Vanille
1 Kardamomkapsel	0,5 Orange, unbehandelt	80 g Champignonköpfe, klein
1 EL Butter, braun	100 g Speckscheiben, dünn	1 EL Öl
1 Bund Minikarotten	2 Kopfsalatherzen	Butter, Chilisalz, Salz

Ragout: Die Zwiebel, die Karotte und den Knollensellerie schälen und in einen halben Zentimeter große Stücke schneiden. Das Rindfleisch in zwei Zentimeter große Würfel schneiden, in einem Topf im Öl bei mittlerer Hitze anbraten und wieder heraus nehmen. Das Bratfett entfernen und etwas Puderezucker hinein stäuben. Das Tomatenmark hinein rühren, etwas anbräunen, mit dem Portwein und einem Drittel des Rotweines ablöschen und sämig einköcheln lassen. Den übrigen Wein dazu geben und ebenfalls einköcheln lassen. Das geschnittene Gemüse in einer Pfanne bei milder Hitze im Öl glasig anschwitzen und in den Topf geben. Die Brühe angießen, einen Deckel so auflegen, dass noch ein Spalt frei bleibt und ein bis eineinhalb Stunden bei kleiner Hitze schmoren lassen. Nach 40 Minuten das Lorbeerblatt mit Pfeffer, Koriander, Piment und Wacholder in die Soße geben. Die Soße durch ein Sieb gießen, das Lorbeerblatt dabei entfernen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in die kochende Soße rühren und zwei Minuten köcheln lassen. Die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Aus der Orange und der Zitrone jeweils einen Streifen Schale herausschneiden. Knoblauch, Ingwer, Orangenschale, Zitronenschale, Vanilleschote und Zimtsplitter hinein geben, einige Minuten darin ziehen lassen und danach entfernen. Die Soße zum Fleisch geben, die Butter hinein rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Garnitur: Von den Perlzwiebeln die Wurzeln abschneiden. Die Zwiebeln ein bis zwei Minuten in kochendes Wasser legen, abschrecken, abgießen, abtropfen lassen und aus der Schale pellen. Die Perlzwiebeln in circa 50 Milliliter Brühe mit Kurkuma, Safran, Zimt, Vanille und ange-drückter Kardamomkapsel einige Minuten weich dünsten. Die Orangenschale mit etwas Butter dazu geben und mit Chilisalz würzen. Die Champignons putzen, in einer Pfanne in der braunen Butter rundherum anbraten, mit Chilisalz würzen. Den Speck in breite Blätter schneiden, in einer Pfanne in Öl bei mittlerer Hitze kross braten und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Minikarotten putzen und blanchieren. In drei Esslöffel Brühe erhitzen und mit etwas Butter und Chilisalz fertig stellen. Das Rinderragout auf warmen Tellern verteilen, mit Perlzwiebeln, Champignons, Minikarotten, Speck, geputzten Kopfsalatherzen und Rosmarinzwig garnieren.

Alfons Schuhbeck am 26. Oktober 2012

Ein Teller für zwei

Für 4 Personen

Rinderfiletwürfel:

2 Würfel Rinderfilet, a 2 cm	1 TL Öl	2 EL Bratensoße, fertig
Pfeffer , schwarz	Salz	

Garnelen:

1 Mango, klein	1 Lauchzwiebel	4 EL Chilisoße, sweet-hot
2 Riesen-Garnelen	1 – 2 EL Olivenöl, mild	0,5 Zehe Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	0,25 Vanilleschote	1 Splitter Zimtrinde
Chilisal, mild		

Hendlbrustwürfel:

1 Artischocke, klein	0,5 Zitrone	2 Eier
1 TL Rotweinessig	1 TL Senf, scharf	100 ml Öl,neutral
2 Würfel Hendlbrust	1 – 2 EL Butter, braun	0,5 Zehe Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	0,25 Vanilleschote	1 Splitter Zimtrinde
3 Kardamomkapseln	Chilisal, mild	Chilipulver, mild
Worcestershiresoße	Salz	

Austern:

2 Austern, groß	2 – 4 Sch Ingwer, eingelegt	
-----------------	-----------------------------	--

Lachs:

1 Pastinake, klein	250 ml Gemüsebrühe	1 EL Butter
1 EL Butter, braun	3 Kardamomkapseln	0,5 TL Zimtsplitter, klein
0,5 TL Vanilleschote	3 Pimentkörner	2 EL Würfel Lachs, gebeizt
2 Zweige Dill	Muskatnuss	Salz

Wachtelei:

2 Wachteleier	1 Handvoll Portulaksalat	0,5 Zitrone
1 EL Olivenöl, mild	Pfeffer, schwarz	Zucker
Salz		

Klare Kardamomessenz:

200 ml Kraftbrühe	5 Kardamomkapseln	1 Splitter Zimtrinde
0,25 Vanilleschote	1 Schote Chili, klein	1 – 2 Scheiben Knoblauch
1 Scheibe Ingwer	Sherry, halbtrocken	Salz

Rinderfiletwürfel:

Die Rinderfiletwürfel in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Hitze in einigen Minuten rosa braten, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Je einen kleinen Löffel Bratensauce in zwei Vertiefungen verteilen und die Rinderfiletwürfel darauf anrichten.

Garnelen auf Mango-Chilisoße:

Die Fruchtfleisch der Mango in sehr kleine Würfel schneiden. Die Lauchzwiebel putzen und sehr fein schneiden. Die Mangowürfel und Lauchzwiebeln in die Chilisoße rühren. Die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Die Garnelen schälen, entdarmen und an der dicken Seite bis zur Hälfte einschneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze in einem Teelöffel Olivenöl etwa zwei Minuten sanft braten. Die Pfanne vom Herd nehmen, in der Nachhitze noch kurz ziehen lassen. Das restliche Olivenöl mit Knoblauch, Ingwer, der ausgekratzten Vanilleschote und Zimt dazu geben und mit Chilisal würzen. Die Mango-Chili-Sauce in zwei Vertiefungen verteilen und die Garnelen darauf anrichten, die Gewürze dabei heraus nehmen.

Hendlbrustwürfel auf Artischockenblättern:

Saft der Zitrone auspressen. Die Artischocke in Salzwasser mit dem Zitronensaft je nach Größe in etwa 20 Minuten weich kochen, bis sich die Blätter abzupfen lassen. Zwei große Blätter

abzupfen und den Rest anderweitig verwenden. Für die Mayonnaise ein Eigelb mit Salz verrühren und eine Minute stehen lassen. Rotweinessig, einige Tropfen Worcestershiresoße, Senf und etwas mildes Chilipulver hinein rühren. In einem dünnen Strahl das Öl hinein rühren, zuerst nur tropfenweise, später etwas zügiger. Mit Salz und Chili nachschmecken. Für das Gelingen der Mayonnaise ist wichtig, dass alle Zutaten Zimmertemperatur haben. Ein Ei hart kochen, schälen, klein hacken und unter die Mayonnaise rühren. Die Hendlbrustwürfel in einer Pfanne in einem Teelöffel brauner Butter rundherum insgesamt etwa zwei Minuten anbraten, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne saftig durch ziehen lassen. Die braune Butter mit Knoblauch, Ingwer, Zimt, ausgekratzter Vanilleschote und dem angedrückten Kardamom dazu geben, mit Chilisalz würzen und die Hendlbrustwürfel darin wenden. Etwas Mayonnaise in zwei Vertiefungen geben, je ein Artischockenblatt hinein stecken und einen Hendlbrustwürfel darauf legen.

Austern:

Die Austern mit einem Austernmesser aufbrechen, das Austernfleisch heraus nehmen und in eingelegte Ingwerscheiben wickeln. Etwas Mayonnaise in zwei Vertiefungen geben und die Austern darauf verteilen.

Gebeizter Lachs auf Pastinakenpüree:

Die Pastinaken schälen und klein schneiden. In Brühe weich kochen, abtropfen lassen und mit Butter und brauner Butter zu einem sämigen Püree mixen. Die Vanilleschote klein hacken, die Pimentkörner zerdrücken. Angedrückten Kardamom, Zimt, Vanille und Piment in eine Gewürzmühle füllen und das Püree damit ein wenig würzen. Einen Hauch Muskatnuss hinein reiben und mit Salz abschmecken. Je einen Löffel Pastinakenpüree in zwei Vertiefungen füllen und die Lachswürfel darauf verteilen. Mit Dill garnieren.

Wachtelei auf Portulaksalat:

Die Wachteleier zweieinhalb bis knapp drei Minuten kochen, kalt abschrecken und schälen. Etwa einen Teelöffel Saft der Zitrone auspressen. Den Portulaksalat waschen, verlesen und abtropfen lassen. Mit Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Den Salat in je zwei Vertiefungen verteilen, die Wachteleier halbieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf den Salat legen.

Klare Kardamomessenz:

Die Kraftbrühe erhitzen, aber nicht kochen lassen. Die Kardamomkapseln andrücken und mit Zimt, ausgekratzter Vanilleschote, Chili, Knoblauch und Ingwer einige Minuten in der Brühe ziehen lassen. Mit einigen Tropfen Sherry und einer Prise Salz abschmecken und in vorgewärmte Glas-Mokkatassen füllen.

© Spiegel TV infotainment/

Alfons Schuhbeck am 11. Februar 2011

Herren-Gulasch von Rinder-Filet

Für vier Personen

Gulasch:

4 Zwiebeln	1 EL Öl	1 EL Tomatenmark
0,5 l Geflügelbrühe	1 Zehe Knoblauch, klein	0,5 TL Kümmel, ganz
0,5 TL Majoran	0,5 Zitrone, unbehandelt	2 TL Paprikapulver, edelsüß
500 g Rinderfilet, küchenfertig	1 EL Öl	2 – 3 EL Sahne
Chilisalz, mild		

Eingelegte Zwiebel:

1 Zwiebel, weiß	300 ml Gemüsebrühe	1 – 2 EL Weißweinessig, mild
1 EL Olivenöl, mild	Chilipulver, mild	Zucker
Salz		

Ochsenmaulsalat:

2 Schalotten	80 ml Gemüsebrühe	1 – 2 EL Weißweinessig, mild
0,5 – 1 TL Dijonsenf	3 – 4 EL Salatöl, mild	400 g Ochsenmaul, gekocht
6 Radieschen	4 – 6 Cornichons	1 EL Schnittlauchröllchen
Zucker	Chilisalz, mild	

Garnitur:

4 Wachteleier	4 Stangen Spargel, weiß	4 Stangen Spargel, grün
1 Stange Staudensellerie	1 Bund Minikarotten	4 Minizucchini
50 ml Gemüsebrühe	1 EL Butter, braun	4 Cornichons
1 Handvoll Kräuterblättchen	2 EL Schmand	Chilisalz, mild
Salz		

Gulasch::

Die Zwiebeln schälen, klein würfeln und in einem Topf bei mittlerer Hitze im Öl hell anbraten. Das Tomatenmark hinein rühren und etwas mitschwitzen, bis am Topfboden ein brauner Film anlegt. Mit der Brühe auffüllen und am Siedepunkt 30 Minuten ziehen lassen. Inzwischen Kümmel, Knoblauch, Zitronenschale und Majoran zusammen fein hacken. Das Paprikapulver mit wenig Wasser glatt rühren. Die Gewürzmischung mit dem angerührten Paprikapulver in die Soße rühren und mit Chilisalz abschmecken. Nach Belieben noch zwei bis drei Esslöffel Sahne hinein rühren. Das Rinderfilet in zwei bis zweieinhalb Zentimeter große Würfel schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze in wenig Öl rundherum anbraten, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Resthitze noch einige Minuten nachziehen lassen. Die Fleischwürfel in die Soße mischen und eventuell mit mildem Chilisalz nachwürzen.

Eingelegte Zwiebel:

Von der Zwiebel die Enden etwas abschneiden, die Zwiebel quer halbieren und die äußeren zwei Ringe jeweils von den Hälften ablösen. In Salzwasser fast weich kochen, in kaltem Wasser abschrecken, auf einem Sieb abgießen und auf einem Küchentuch gut abtropfen lassen. Für die Marinade die Brühe mit Essig und Olivenöl verrühren und mit Chilisalz und Zucker abschmecken. Die Zwiebelschalen darin einige Stunden marinieren.

Ochsenmaulsalat:

Für die Marinade die Schalotten schälen und in sehr kleine Würfelchen schneiden. In Wasser eine Minute kochen, auf ein Sieb abgießen, kalt abwaschen und abtropfen lassen. Brühe mit Essig und Senf in einen Mixbecher geben, mit Chilisalz und Zucker würzen und das Öl hinein mixen. Mit den Schalotten verrühren. Das gepresste Ochsenmaul in hauchdünne Scheiben und diese in zwei bis drei Zentimeter große Blätter schneiden. Das Ochsenmaul mit der Marinade mischen und etwas ziehen lassen. Die Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben hobeln. Die Cornichons in dünne Scheiben schneiden. Den Ochsenmaulsalat mit Radieschen, Cornichons,

Schnittlauch mischen und gegebenenfalls noch etwas nachschmecken.

Garnitur:

Die Wachteleier knapp drei Minuten kochen, kalt abschrecken und schälen. Den weißen Spargel schälen, die holzige Enden entfernen und die Spargelstangen schräg vierteln oder dritteln. Den grünen Spargel im unteren Drittel schälen, die holzige Enden entfernen und die Spargelstangen in drei bis vier Stücke schneiden. Den Staudensellerie putzen, schräg in eineinhalb Zentimeter breite Stücke schneiden, von den Minikarotten das Grün bis auf einen Zentimeter kürzen, die Karotten schälen. Die Minizucchini putzen und längs halbieren. Weißen und grünen Spargel, Sellerie, Karotten und Zucchini nacheinander in Salzwasser einige Minuten gerade weich kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Das blanchierte Gemüse in der Brühe erhitzen, die braune Butter hinein geben und mit Chilisalzwürzen. Das Gulasch auf warmen Tellern anrichten, daneben jeweils eine marinierte „Zwiebelschale“ setzen und diese mit dem Ochsenmaulsalat füllen. Das Gulasch mit je einem halbierten Wachtelei, einem Cornichon, dem Gemüse, kleinen Kräuterblättchen und einem Tupfen Schmand garnieren.

Alfons Schuhbeck am 04. Mai 2012

Porterhouse-Steak mit Barbecue-Soße und Cesar Salad

Für 4 Personen

Steak:

1 kg Porterhousesteak	1 EL Öl	6 EL Butter, braun
1 Schote Vanille	3 Zehen Knoblauch	6 Scheiben Ingwer, klein
4 Splitter Zimtrinde	1 TL Kardamom, grün	1 Schote Chili, rot, frisch
1 Schote Chili, grün, frisch	Thymian	Rosmarin
Pfeffer, schwarz	Salz, grob	

Barbecue-Soße:

0,5 Orange, unbehandelt	100 ml Ananassaft	100 ml Espresso
300 g Tomatenketchup	1 EL Zucker	1 TL Paprikapulver, geräuchert
10 g Rauchsatz	2 Zehen Knoblauch	1 Msp. Ingwerpulver
Chiliflocken		

Dressing:

1 Ei	2 – 3 EL Zitronensaft	1 TL Senf, scharf
1 – 2 EL Tomatenketchup	1 Zehe Knoblauch	3 Sardellenfilets
1 EL Parmesan	1 Prise Zucker	1 Prise Cayennepfeffer
120 ml Maiskeimöl	50 ml Olivenöl, mild	50 ml Gemüsebrühe
Orangenabrieb	Ingwer	Salz
Worcestershiresoße		

Salat und Fertigstellung:

2 – 3 Romanasalatherzen	4 Tomaten	2 Scheiben Toastbrot
50 g Butter	1 Zehe Knoblauch	4 EL Parmesanspäne

Den Backofen auf 130 Grad vorheizen.

Steak:

Ein Ofengitter mit Abtropfblech drunter in den Backofen schieben. Das Porterhousesteak in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl rundherum anbraten. In den vorgeheizten Backofen legen und in 50 bis 60 Minuten rosa durch ziehen lassen. Die Vanilleschote in vier Stücke schneiden und auskratzen. Währenddessen in einer Pfanne bei milder Hitze braune Butter erwärmen, die geschälten und halbierten Knoblauchzehen, Ingwerscheiben, Zimtsplitter, Vanillestangen, Kardamom und Chilischoten einlegen und darin ziehen lassen. Das Steak aus dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Gewürzbutter beträufeln.

Barbecue-Soße:

Schale der Orange abreiben. Den Ananassaft und den Espresso auf ein Viertel einköcheln lassen. Das Ketchup und den Honig dazugeben und glatt rühren. Die Soße mit Paprikapulver, Rauchsatz, Chiliflocken und Orangenschale würzen und nochmals erwärmen. Den Knoblauch dazugeben und einige Minuten ziehen lassen, dann wieder entfernen.

Dressing:

Eigelb, Zitronensaft, Senf, Worcestershiresoße, Ketchup, gehackten Knoblauch, etwas geriebener Ingwer, gehackte Sardellenfilets und geriebenen Parmesan mit einer Prise Salz, Zucker und Cayennepfeffer in einen Mixer geben. Den Mixer bei kleiner Drehzahl einschalten und das Maiskeimöl in einem feinen Strahl dazugießen, so dass eine glatte gebundene Soße entsteht. Das Olivenöl nach und nach hinzufügen, zum Schluss die Brühe hineinmischen. Gegebenenfalls mit etwas Orangenabrieb nachschmecken.

Salat und Fertigstellung:

Den Salat putzen, waschen, trocken schleudern und zerkleinern. Die Tomaten waschen, entstrunken und achteln. Das Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden, in der Butter mit der ungeschälten Knoblauchzehe gleichmäßig und goldbraun braten, auf einem Sieb abgießen und

auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Knoblauchzehe dabei entfernen. Den Salat mit Tomaten und Dressing mischen, auf tiefen Tellern anrichten und mit den Croutons und Parmesanspänen bestreuen.

Anrichten:

Das Fleisch vom Knochen lösen, in Tranchen schneiden und auf zwei vorgewärmten Tellern anrichten. Die Barbecue-Soße mit auf den Teller geben und den Ceasars Salad dazu servieren.

Alfons Schuhbeck am 26. August 2011

Rinder-Gulasch mit Speck-Knödeln

Für vier Personen

Gulasch:

0,5 Zitrone, unbehandelt	1 kg Rindfleisch	1 kg Zwiebeln
1 Schote Paprika, rot	2 EL Öl	1 EL Tomatenmark
1 l Hühnerbrühe	2 Zehen Knoblauch	1 TL Kümmelsamen
1 TL Majoran	0,5 EL Paprikapulver	Salz, Chilipulver, mild

Knödel:

0,5 Zwiebel	200 g Bauchspeck	1 – 2 EL Öl
300 g Semmeln	400 ml Milch	4 Eier, M
0,25 Bund Petersilie	Pfeffer, Salz	Muskatnuss

Anrichten:

2 Eier	8 Cornichons
--------	--------------

Gulasch:

Einen Teelöffel Schale der Zitrone abreiben. Das Rindfleisch von Fett und groben Sehnen befreien und in drei Zentimeter große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und quer in Streifen schneiden. Die Paprikaschoten entstrunken, entkernen, mit Hilfe eines Sparschälers die Schale entfernen und die Paprikastücke in gleich große Rauten schneiden. Das Öl in einem großen Schmortopf erhitzen. Die Rindfleischwürfel darin bei mittlerer Hitze rundherum anbraten und wieder herausnehmen. Die Zwiebeln im Bratfett glasig dünsten. Das Tomatenmark unterrühren und etwas mitdünsten. Die Rindfleischwürfel wieder in den Schmortopf geben, Paprikarauten zugeben und die Brühe angießen. Das Fleisch sollte gerade bedeckt sein. Den Deckel so auf den Schmortopf auflegen, dass ein Spalt offen bleibt, und das Gulasch bei milder Hitze vier Stunden schmoren, aber nicht kochen lassen. Nach zweieinhalb Stunden den Deckel abnehmen. Für das Gulaschgewürz den Knoblauch schälen und mit Kümmel, Majoran und Zitronenschale fein hacken. Das Paprikapulver mit wenig Wasser glatt rühren. Am Ende der Garzeit das angerührte Paprikapulver und das Gulaschgewürz in das Gulasch rühren. Fünf bis zehn Minuten ziehen lassen und das Gulasch mit Salz und Chilipulver abschmecken.

Knödel:

Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in Öl glasig anschwitzen. Den Speck in kleine Würfel schneiden und in etwas Öl knusprig braun braten. Die Semmeln in dünne Scheiben schneiden. Die Milch einmal aufkochen, vom Herd ziehen und in die Eier rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, über das Weißbrot gießen, zudecken und einige Minuten ausdampfen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, die Zwiebeln mit Speck und geschnittener Petersilie hinzufügen und das Ganze zu einer glatten Knödelmasse verarbeiten. Vier Blätter starke Alufolie jeweils mit Klarsichtfolie belegen. Die Knödelmasse darauf zu länglichen Rollen von etwa drei Zentimetern Durchmesser formen. Erst in die Klarsichtfolie einrollen, dann in die Alufolie einwickeln. Die Enden der Alufolie erst etwas andrücken, dann drehen, so dass eine formschöne Rolle entsteht. Die Knödelrollen in einem entsprechend großen Topf mit leicht siedendem Wasser etwa 30 Minuten garen. Aus dem Wasser heben, aus der Folie wickeln und heiß in Scheiben schneiden

Anrichten:

Die Eier hart kochen. Das Gulasch auf Tellern verteilen, den Semmelknödel darauf anrichten und mit Eierspalten und Cornichons garnieren.

Alfons Schuhbeck am 28. Dezember 2012

Rinder-Lende mit Zatar-Gemüse und Knoblauch-Soße

Für zwei Personen

2 Rinderlendensteaks	1 kleine Kartoffel, à 50 g	80 g braune Champignons
100 g Zuckerschoten	150 g Brokkoli	6 Babykarotten
80 g Kirschtomaten	1 unbehandelte Zitrone	5 große Knoblauchzehen
1 Ingwerknolle	1 Ei	1 EL Butter
4 EL Ghee	1 TL Zatar	1 Prise gemahlener Kümmel
80 ml Gemüfefond	150 ml neutrales Salatöl	3 TL Öl
Mildes Chilisalز	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen. Auf die unterste Schiene ein Ofengitter mit Abtropfblech schieben. Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Dann die Steaks mit dem Handballen etwas flach drücken. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten circa zwei bis drei Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend zum Warmhalten in den Ofen geben. Für die Soße den Knoblauch abziehen, vier Knoblauchzehen in dünne Scheiben schneiden, kurz in heißes Wasser geben und auskühlen lassen. Die Kartoffel schälen, würfeln und gar kochen, dann ebenfalls komplett auskühlen lassen. Das Ei trennen. Den Knoblauch mit dem Eiweiß und den Kartoffelwürfeln in einen Mixbecher geben und mit einem Stabmixer pürieren, dabei die 150 Milliliter des neutralen Salatöls zuerst tropfenweise, dann in einem dünnen Faden hinzufügen, bis die Soße eine mayonnaiseähnliche Konsistenz annimmt. Zwei Eiswürfel in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz oder einem Plattiereisen zerstoßen. In die Soße geben und ebenfalls gut untermixen. Mit Salz abschmecken. Von den Karotten das Grün bis auf einen Zentimeter abschneiden und die Karotten schälen. Von den Zuckerschoten die spitzen Enden entfernen und die Schoten schräg halbieren. Den Brokkoli in kleine Röschen teilen, den Stiel großzügig schälen, so dass alle holzigen Stellen entfernt sind und in Scheiben schneiden. Die Kirschtomaten waschen und halbieren, die Champignons putzen und halbieren. Einen Topf mit Wasser aufkochen, salzen und nacheinander zuerst die Karotten, dann die Zuckerschoten, danach die Brokkoliröschen und –scheiben bissfest garen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne den Gemüfefond erhitzen und eine halbe Knoblauchzehe, zwei Ingwerscheiben und einen Streifen Zitronenschale zugeben. Das Gemüse dazugeben und erhitzen. Die Kirschtomaten ebenfalls zugeben. Die Butter und Ghee dazugeben, mit Zatar und Chilisalز würzen. Den Knoblauch, Ingwer und die Zitronenschale danach entfernen. Die Champignons in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln Öl einige Minuten anbraten, mit einer kleinen Prise Kümmel würzen, etwa eine Messerspitze Zitronenschale fein darüber reiben und mit Chilisalز würzen. Zum Schluss unter das Gemüse ziehen. Die Steaks aus dem Ofen nehmen. Etwas Ghee in einer Pfanne erhitzen, mit Chilisalز würzen und das Fleisch darin schwenken. Das Gemüse auf dem warmen Teller verteilen, das Steak darauf anrichten, die Soße außen herum träufeln und servieren.

Alfons Schuhbeck am 23. November 2012

Rinder-Roulade mit Gemüse und Schinken

Für 4 Personen

Rouladen:

4 Scheiben Rouladen, a 160 g	150 g Kalbsbrät	1 TL Senf, scharf
2 EL Sahne	2 Karotten	170 g Knollensellerie
1 Gewürzgurke	1 Scheibe Schinken, gekocht	1 EL Öl
1 Zwiebel	1 TL Puderzucker	1 – 2 EL Tomatenmark
150 ml Rotwein	0,5 l Geflügelfond	5 Wacholderbeeren
5 Pimentkörner	1 – 2 Lorbeerblätter	1 Schote Chili, rot
0,5 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	1 – 2 EL Speisestärke
Pfeffer	Chilipulver	Salz

Püree:

2 EL Senfkörner, gelb	1 kg Kartoffeln, mehlig	0,5 TL Kümmelsamen
250 ml Milch	1 EL Butter	2 EL Butter, braun
Muskatnuss	Salz	

Rouladen: Das Fleisch auf der Arbeitsfläche auslegen. Das Kalbsbrät mit Senf und Sahne verrühren und mit einer Prise Chilipulver würzen. Das Brät auf die Rouladen streichen. Die Karotten und den Sellerie putzen und schälen. Eine Karotte und 50 Gramm Sellerie mit der Gurke und dem Schinken in Stifte schneiden und quer auf den Fleischscheiben verteilen. Die Längsseiten der Rouladen etwas einschlagen und das Fleisch von der schmalen Seite her aufrollen. Mit Rouladennadeln oder kleinen Holzspießen feststecken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rouladen darin rundum anbraten. Die Zwiebel schälen und mit der restlichen Karotte und dem übrigen Sellerie in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden. Den Puderzucker in einen Topf stäuben und hell karamellisieren. Das Gemüse hinzufügen und ohne Fett darin anbraten. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten. Mit dem Wein ablöschen und vier bis fünf Minuten sämig einköcheln lassen, dann zwei Drittel Fond angießen. Den Bratensatz der Rouladen mit dem restlichen Fond ablöschen und dazugießen. Die Rouladen in den Topf geben und zugedeckt zwei bis zweieinhalb Stunden schmoren. Nach 40 Minuten Garzeit die Wacholderbeeren und Pimentkörner sowie die Lorbeerblätter, zerkleinerte Chili-Schote, den geschälten Knoblauch und den Ingwer hinzufügen. Die Rouladen herausnehmen. Die Soße durch ein Sieb streichen, dabei das Gemüse etwas ausdrücken. Die Speisestärke mit etwas Wasser glatt rühren. Unter die Soße rühren und einmal aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rouladen in der Soße nochmals erhitzen.

Püree: Die Senfkörner in Salzwasser in 20 Minuten weich kochen, in ein Sieb abgießen und unter kaltem Wasser abspülen. Die Kartoffeln waschen und in reichlich Salzwasser mit dem Kümmel weich kochen. Kartoffeln abgießen, möglichst heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Milch erhitzen und mit einem Kochlöffel unter die durchgepressten Kartoffeln rühren. Die Butter und die braune Butter untermischen. Die Senfkörner hineinrühren und das Püree mit Salz und Muskatnuss würzen.

Anrichten: Die Rouladennadeln entfernen, das Fleisch in Scheiben schneiden und mit der Soße und dem Püree auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Tipp: Wenn Sie kein Kalbsbrät bekommen, können Sie die Rouladen stattdessen auch dünn mit scharfem Senf bestreichen.

Alfons Schuhbeck am 10. Juni 2011

Zwiebel-Rostbraten mit Sellerie-Püree

Für 4 Personen

Zwiebelrostbraten:

1 kg Rinderrücken	2 EL Öl	750 ml Geflügelbrühe
3 Zwiebeln	4 EL Butter	1 TL Puderzucker
1 – 2 TL Tomatenmark	150 ml Rotwein	1 Prise Majoran, getrocknet
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	20 g Butter, kalt
Öl für die Folie	Pfeffer	Salz

Selleriepüree und Vanille-Apfel:

350 g Knollensellerie	1 Apfel	100 ml Sahne, wahlweise Milch
50 g Butter, braun	1 Apfel	0,5 Schote Vanille
0,5 Orange, unbehandelt	Salz, wahlweise Chilisalz	Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss		

Zwiebelrostbraten:

Die Fleischscheiben zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie etwas flach klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, das Bratfett abgießen und den Bratensatz mit der Brühe ablöschen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In einer Schmorpfanne mit der Butter und dem Puderzucker bei mittlerer Hitze hell bräunen. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten. Mit dem Rotwein ablöschen und den Wein einköcheln lassen. Den Bratenfond in die Schmorpfanne gießen und aufkochen lassen. Das Fleisch hineinlegen und knapp unter dem Siedepunkt etwa eine Stunde weich schmoren. Dabei das Fleisch immer wieder mit dem Bratenfond begießen. Nach 50 Minuten eine Prise Majoran hinzufügen. Vor dem Servieren Knoblauch- und Ingwerscheiben einlegen und die Butter in der Soße zerlassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Selleriepüree und Vanille-Apfel:

Den Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf die Sahne erhitzen, die Selleriestücke hinein geben und in etwa 20 Minuten bei geschlossenem Deckel weich schmoren. Den Sellerie mit einem Blitzhacker pürieren, dabei soviel Kochflüssigkeit wie nötig hinzufügen und die braune Butter hinein rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit Orangenabrieb abschmecken. Den Apfel waschen, in Spalten schneiden und das Kerngehäuse entfernen. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze die Apfelspalten in etwas brauner Butter von beiden Seiten anbraten. Die Vanille zugeben und kurz mitziehen lassen. Die Apfelspalten auf dem Püree anrichten.

Alfons Schuhbeck am 25. November 2011

Salat

Avocado-Tomaten-Salat

Für 4 Personen

6 Tomaten, vollreif	1 Avocado	1 Zehe Knoblauch
0,25 Schote Vanille	0,25 Bund Basilikum	1 EL Olivenöl
1 Zitrone, unbehandelt	1 Stange Zimt	Ingwer
Chiliflocken	Zucker	Salz

Von den Tomaten den Strunk entfernen, die Oberfläche über Kreuz einritzen, die Tomaten 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, enthäuten, vierteln und entkernen. Die Tomatenviertel auf ein Backblech legen und 20 bis 30 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben, bis sie warm sind. Die Avocado schälen, den Kern entfernen und in Spalten schneiden. Tomaten und Avocado mit Knoblauch, Ingwer, einer Prise Chili, einer Prise Zucker, Basilikumblättern, Olivenöl, Zitronenabrieb und Salz marinieren. Mit Zimtabrieb abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 15. Juli 2011

Herbstlicher Gemüse-Salat mit Gewürz-Hähnchen

Für 4 Personen

Gemüsesalat:

2 Karotten, klein	1 Pastinake	1 Stange Staudensellerie
100 g Bohnen	120 g Steinpilze, fest	120 g Kirschtomaten
1 – 2 TL Puderzucker	80 ml Geflügelbrühe	1 Zehe Knoblauch
1 Zitrone, unbehandelt	1 TL Öl	0,25 Bund Petersilie
Chilialisz, mild	Kümmel, gemahlen	Pfeffer, schwarz
Zucker	Salz	

Gewürzhähnchen:

4 Hähnchenbrüste	2 EL Olivenöl	0,25 TL Paprika, gemahlen
2 Scheiben Ingwer	2 EL Butter	Kreuzkümmel
Koriander	Kurkuma	Kardamom
Zimt, gemahlen	Chilialisz	

Gemüsesalat:

Die Karotten und die Pastinake schälen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die Selleriestange waschen und schräg in Scheiben schneiden. Von den Bohnen die Enden entfernen und in drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Die Steinpilze mit einem feinen Pinsel trocken säubern und in Scheiben schneiden. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Einen Streifen Schale aus der Zitrone herausschneiden. Den Puderzucker in einen breiten Topf sieben und bei mittlerer Temperatur klar schmelzen lassen. Karotten, Spargel und Sellerie hineinrühren und einige Minuten sanft anschwitzen. Mit Geflügelbrühe aufgießen, eine halbierte Knoblauchzehe und Zitronenschale einlegen, bei geschlossenem Deckel circa acht Minuten knapp unter dem Siedepunkt gar ziehen lassen, Knoblauch und Zitronenschale herausnehmen und vom Herd ziehen. Die Bohnen in Salzwasser blanchieren und kalt abschrecken. Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben und zwei Esslöffel Saft auspressen. Die Pilze in einer Pfanne in einem Teelöffel Öl bei mittlerer Hitze ein bis Minuten anbraten, mit Chilialisz, einer Prise Kümmel, Zitronenabrieb und frisch geschnittener Petersilie würzen und mit den Kirschtomaten und den Bohnen zum Gemüse geben. Zitronensaft dazugeben und mit Salz, einer Prise Zucker und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen

Gewürzhähnchen:

Ein Gitter mit untergelegtem Abtropfblech auf die unterste Schiene des vorgeheizten Backofens schieben. Die Hähnchenbrüste in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl von beiden Seiten kurz anbraten, auf den Ofenrost legen und je nach Dicke in 25 bis 30 Minuten saftig durchziehen lassen, anschließend Paprikapulver, Ingwer und jeweils eine Messerspitze Kreuzkümmel, Koriander, Kurkuma, Kardamom und Zimt in einer Pfanne mit der Butter schmelzen lassen. Die Hühnerbrüste darin wenden, mit Chilialisz würzen und schräg in dicke Tranchen schneiden. Den Salat auf warmen Tellern anrichten und die Hähnchenbrüste darauf legen.

Alfons Schuhbeck am 30. September 2011

Lauwarmer Kraut-Salat

Für vier Personen

0,25 Kopf Spitzkohl	1 Karotte	4 EL Butter, braun
5 EL Gemüsebrühe	1 – 2 EL Rotweinessig	1 EL Salatöl, mild
1 EL Dillspitzen	1 EL Cognac	100 ml Kalbsfond
5 g Trüffel, schwarz	Zimt	Chilisalز, mild
Kümmel, gemahlen	Pfeffer, schwarz	Chilipulver, mild
Zucker	Salz	

Den Spitzkohl in feine Streifen hobeln, den Strunk dabei entfernen. Die Karotte schälen und ebenfalls in Streifen hobeln. Kraut und Karotten in einer Pfanne bei mittlerer Hitze in ein bis zwei Esslöffel brauner Butter leicht anbraten, mit Chilisalز würzen und den Kümmel dazu geben. Die Brühe mit Essig, der übrigen braunen Butter und dem Öl verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Marinade über das Kraut geben und den Dill dazu geben. Einige Minuten ziehen lassen und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen. Den Cognac und Kalbsfond auf zwei bis drei Esslöffel einköcheln, mit etwas frisch geriebenem Zimt und Chilipulver würzen, den Trüffel hinein reiben oder hobeln, kurz ziehen lassen und unter den Krautsalat mischen.

Alfons Schuhbeck am 09. März 2012

Lauwarmer Salat mit Spargel und Karotten

Für vier Personen

0,5 Bund Spargel, grün	2 Bund Minikarotten	1 Kohlrabi
80 g Zuckerschoten	2 kl. Rote Bete, geschält	1 – 2 TL Puderzucker
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	0,25 Schote Vanille
5 Kapseln Kardamom	80 ml Gemüsebrühe	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 TL Dijonsenf	3 EL Olivenöl, mild	Chilisalز, mild
Salz		

Den Spargel im unteren Drittel schälen und das holzige Ende entfernen. Die Stangen schräg in drei bis vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Von den Karotten das Grün bis auf einen Zentimeter kürzen, die Karotten schälen. Den Kohlrabi schälen, die holzigen Teile abschneiden, in Spalten schneiden und diese formschön zuschneiden. Von den Erbsenschoten die Enden abschneiden, schräg halbieren, in Salzwasser zwei Minuten bissfest kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Rote Bete in Spalten schneiden, einmal kurz in Salzwasser aufkochen und abtropfen lassen. Etwa einen bis zwei Esslöffel Saft der Zitrone auspressen und eine Messerspitze Zitronenschale abreiben. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. In einer Schmorpfanne den Puderzucker hell karamellisieren. Spargel, Karotten und Kohlrabi mit Knoblauch, Ingwer, angedrückten Kardamomkapseln und ausgekratzter Vanilleschote dazu geben, darin farblos anschwitzen, die Brühe angießen, einen Deckel aufsetzen und das Gemüse darin fast weich garen. Auf ein Sieb gießen und den Sud auffangen. Zitronensaft, Senf, Zitronenabrieb und Olivenöl hinein mixen und mit Chilisalز würzen. Das gedünstete Gemüse mit Zuckerschoten und Rote Bete-Spalten damit marinieren.

Alfons Schuhbeck am 16. März 2012

Schwarzwurzel-Salat mit Mohn und Reh-Filet

Für 4 Personen

Schwarzwurzelsalat:	2 Schwarzwurzeln	2 Handvoll Rosenkohlblätter
0,5 Orange, unbehandelt	80 ml Gemüsebrühe	1 TL Senf, scharf
1 – 2 EL Rotweinessig	4 EL Öl	1 – 2 TL Mohn
Pfeffer	Chilipulver, mild	Zucker, Salz
Wacholderpimentjoghurt:	6 EL Sahne	1 TL Wacholderbeeren
0,5 TL Pimentkörner	200 g Naturjoghurt	0,5 Zitrone, unbehandelt
Rehsoße:	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
125 ml Rotwein	3 EL Portwein, rot	400 ml Wildfond
1 – 2 TL Speisestärke	1 EL Balsamico, alt	1 Splitter Zimtrinde
1 Scheibe Ingwer	1 EL Butter, kalt	Wildgewürz, Salz
Rehfilet:	1 TL Pfefferkörner, schwarz	1 TL Pimentkörner
1 TL Korianderkörner	0,5 Orange, unbehandelt	8 Rehfilets, küchenfertig
1 TL Öl	3 EL Butter, braun	5 Wacholderbeeren, angedrückt
2 Scheiben Ingwer	Chilisalز, mild	

Schwarzwurzelsalat: Die Schwarzwurzeln gründlich reinigen und schälen. Die geschälten Schwarzwurzeln schräg in Scheiben schneiden. In Salzwasser zwei bis drei Minuten bissfest blanchieren und auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Rosenkohlblätter in Salzwasser ein bis zwei Minuten kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Die Brühe mit Senf, Orangenabrieb, Essig und Öl mixen und mit Salz, Pfeffer und jeweils einer Prise Chili und Zucker würzen. Den Mohn anquetschen. Die Schwarzwurzeln und die Rosenkohlblätter in der Marinade wenden.

Wacholderpimentjoghurt: Die Wacholderbeeren kurz ohne Fett in einer Pfanne erhitzen und dann ausdrücken. Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Die Sahne mit den angedrückten Wacholderbeeren und Piment auf die Hälfte einköcheln lassen und durch ein Sieb gießen. Mit dem Joghurt verrühren und mit Salz, einer Prise Zucker und Zitronenabrieb würzen.

Rehsoße: Den Puderzucker hell karamellisieren und das Tomatenmark dazugeben. Mit Rotwein und Portwein ablöschen, einköcheln lassen. Mit Wildfond auffüllen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren und in den köchelnden Jus rühren, bis er sämig bindet. Mit dem Wildgewürz und Salz würzen und mit etwas Balsamico abschmecken. Die Zimtrinde und die Ingwerscheibe dazu geben, einige Minuten ziehen lassen und die Soße durch ein Sieb gießen. Zum Schluss die Butter hinein rühren. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Rehfilet: In die untere Einschubleiste des Backofens ein Abtropfblech und darüber ein Ofengitter schieben. Pfeffer, Piment und Koriander in eine Gewürzmühle füllen. Einen Streifen Schale aus der Orange heraus schneiden. Die Rehfilets in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Hitze rundherum anbraten, auf das Gitter in den Ofen legen und in zehn Minuten rosa durchziehen lassen. In einer anderen Pfanne bei milder Temperatur die braune Butter mit den Wacholderbeeren, Ingwer und Orangenschale erwärmen und mit den Gewürzen aus der Mühle und dem Chilisalز würzen. Den Schwarzwurzelsalat in die Mitte eines warmen Tellers setzen. Die Rehsoße außen herum ziehen und mit der Joghurtsoße einen Streifen hinein ziehen. Mit dem dicken Ende eines Schaschlikspießes Kreise durch beide Soßen ziehen, so dass ein hübsches Muster entsteht. Die Rehfilets schräg in Stücke schneiden und an den Schwarzwurzelsalat anlegen, mit dem Mohn bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 15. April 2011

Spargel-Salat in Champagner-Safran-Vinaigrette mit Lachs

Für vier Personen

Spargelsalat:

1 Bund Spargel, weiß	1 Bund Spargel, grün	10 – 15 Safranfäden
400 ml Gemüsebrühe	4 EL Champagneressig	0,5 – 1 TL Dijonsenf
4 – 5 EL Salatöl, mild	0,5 Orange, unbehandelt	Chilipulver, mild
Zucker	Salz	

Lachs:

400 g Ikarimi-Lachsfilet	2 EL Butter, braun	Butter für das Blech
Chilisalز, mild		

Wachteleier:

4 Wachteleier

Anrichten:

Kräuterblättchen

Spargelsalat::

Den weißen Spargel schälen, den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Den Spargel nacheinander in Salz-Zucker-Wasser fast weich kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Safran zehn Minuten in der warmen Brühe einweichen. Die Safranbrühe mit Champagneressig und Senf in einen Mixbecher geben, mit Salz etwas Oranjabtrieb und je eine Prise Chili und Zucker würzen und das Öl hinein mixen. Den gekochten Spargel darin marinieren und mindestens 30 Minuten darin ziehen lassen. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Lachs:

Den Lachs in eineinhalb bis zwei Zentimeter breite Stücke schneiden, auf ein gebuttertes Backblech setzen und mit Klarsichtfolie bedecken. Circa 20 Minuten im vorgeheizten Backofen saftig durchziehen lassen. Mit brauner Butter bepinseln und mit Chilisalز würzen.

Wachteleier:

Die Wachteleier drei Minuten kochen, kalt abschrecken, schälen und kurz vor dem Anrichten halbieren.

Anrichten:

Den grünen und weißen Spargel gemischt auf ovalen Tellern anrichten und mit etwas Safran-Vinaigrette beträufeln. Die Lachsstückchen daneben setzen und das Gericht mit kleinen Kräuterblättchen und gekochten

Alfons Schuhbeck am 30. März 2012

Schwein

Schweine-Filet mit Senf-Soße, Bohnen-Pfifferling-Gemüse

Für zwei Personen

1 Schweinefilet, Mittelstück	150 g breite Bohnen	80 g kleine Pfifferlinge
1 kleine, weiße Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Knolle Ingwer
1 Zitrone	1 Prise getrocknetes Bohnenkraut	1 TL scharfer Senf
1 TL süßer Senf	1 EL braune Butter	1 EL flüssige braune Butter
2 EL kalte Butter	50 ml Gemüsefond	50 g Sahne
Pflanzenöl	Salz, schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Schweinefilet waschen und trocken tupfen. Etwas Pflanzenöl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Anschließend mit der flüssigen braunen Butter bestreichen und für circa 25 Minuten zum Garen in den Backofen geben. Die Bohnen putzen und schräg in Stücke schneiden. In Salzwasser einige Minuten weich kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Pfifferlinge putzen. Die Zwiebel abziehen, halbieren und die eine Hälfte fein würfeln. Die andere Hälfte wird nicht benötigt. Die braune Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anbraten, die Pfifferlinge dazugeben und ebenfalls anbraten. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ein Stück der Zitronenschale abschneiden. Den Ingwer schälen und ebenfalls ein Stück Ingwer abschneiden. Die Bohnen mit dem Knoblauch, der Zitronenschale und dem Ingwer zu den Pfifferlingen geben. Mit Bohnenkraut würzen und erhitzen. Zum Schluss ein Stück kalte Butter einrühren. Für die Senfsoße den Gemüsefond und die Sahne erhitzen und die beiden Senfsorten einrühren. Einen Esslöffel kalte Butter einrühren. Das Schweinefilet in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Bohnen-Pfifferlings-Gemüse auf Tellern anrichten. Die Senfsoße außen herum träufeln und servieren.

Alfons Schuhbeck am 29. Juni 2012

Schweine-Medaillons auf Weißkraut mit Pfifferlingen

Für 2 Personen

250 g Schweinefilets, küchenfertig	120 g kleine Pfifferlinge	400 g junges Weißkraut
1 Zitrone	1 Orange	1/2 Bund glatte Petersilie
1 Knoblauchzehe	50 g Ingwer	5 EL braune Butter
2 EL kalte Butter	1 Prise Räucherpaprika	1 Prise gemahlener Kümmel
60 ml Schlagsahne	70 ml Gemüsefond	1 EL Rapsöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und eine Abtropfpfanne in die untere Einschubleiste stellen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Medaillons waschen, trocken tupfen und mit den Handballen etwas flachdrücken. Anschließend in der Pfanne anbraten und auf dem Ofengitter im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten ziehen lassen. Drei Esslöffel braune Butter in einer Pfanne zerlassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und in die Pfanne geben. Den Ingwer schälen und zwei Scheiben ebenfalls in die Pfanne geben. Anschließend die Zitrone und die Orange waschen und jeweils einen Streifen der Schale ebenfalls hineingeben. Die Medaillons aus dem Ofen nehmen und in der Pfanne wenden. Einen Esslöffel braune Butter in einer weiteren Pfanne zerlassen. Das Weißkraut waschen, entstrunken, in zwei Zentimeter große Blätter schneiden und in der Pfanne mit einer Prise Kümmel bei mittlerer Hitze anbraten. Anschließend mit dem Gemüsefond ablöschen und ein paar Minuten bissfest garen. Die Schlagsahne dazugeben, das Kraut mit Salz, Pfeffer, dem Räucherpaprika-Pulver und etwas Kümmel würzen und einen Esslöffel kalte Butter hinein schmelzen lassen. Einen Esslöffel braune Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Pfifferlinge putzen und halbieren und etwa zwei Minuten in der Pfanne anbraten. Den Abrieb einer Zitrone in die Pfanne geben und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Kümmel würzen. Die Petersilie waschen, trocknen, grob hacken und gemeinsam mit einem Esslöffel kalter Butter zu den Pfifferlingen geben. Die Schweinemedallions auf dem Weißkraut anrichten, die Pfifferlinge dazugeben und servieren.

Alfons Schuhbeck am 23. September 2011

Soßen

Barbecue-Soße

Für 4 Personen

0,5 Orange, unbehandelt	100 ml Ananassaft	100 ml Espresso
300 g Tomatenketchup	1 EL Zucker	1 TL Paprikapulver, geräuchert
10 g Rauchsatz	2 Zehen Knoblauch	1 Msp. Ingwerpulver
Chiliflocken		

Schale der Orange abreiben. Den Ananassaft und den Espresso auf ein Viertel einköcheln lassen. Das Ketchup und den Honig dazugeben und glatt rühren. Die Soße mit Paprikapulver, Rauchsatz, Chiliflocken und Orangenschale würzen und nochmals erwärmen. Den Knoblauch dazugeben und einige Minuten ziehen lassen, dann wieder entfernen.

Alfons Schuhbeck am 26. August 2011

Karotten-Koriander-Soße

Für 4 Personen

1 Schalotte	2 Karotten	100 g Kirschtomaten
1 EL Butter	125 ml Gemüsebrühe	1 Kaffir-Limettenblatt, klein
0,5 Stange Zitronengras	0,5 Orange, unbehandelt	1 Zehe Knoblauch
1 Stück Ingwer, klein	100 g Crème-double	Koriander, gemahlen
Chilipulver, mild	Pernod	Salz

Die Schalotte schälen und klein würfeln. Die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und vierteln. Schalotten und Karotten in einem Topf in der Butter bei milder Hitze glasig anschwitzen. Die Tomaten dazu geben, noch kurz mitschwitzen, die Brühe angießen, das Limettenblatt und halbierte Zitronengras zugeben und zugedeckt in 15 Minuten weich dünsten. Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Die Knoblauchzehe und ein kleines Stück Ingwer fein reiben. Crème double, Orangenabrieb, gemahlene Koriander und jeweils einen halben Teelöffel geriebenen Knoblauch und Ingwer hinzufügen und zu einer sämigen Soße pürieren. Mit Salz, Chili und einem Spritzer Pernod abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 08. Juli 2011

Kartoffel-Dill-Soße

Für vier Personen

0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Kartoffel, klein, ca. 80 g	250 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt, klein	0,5 Schote Chili	1 Scheibe Ingwer
1 Scheibe Knoblauch	50 ml Sahne	1 EL Butter, kalt
1 EL Butter, braun	1 – 2 TL Dillspitzen	Chilipulver, mild
Salz		

Etwa eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Die Kartoffel schälen und in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden. Die Kartoffelwürfel in der Gemüsebrühe mit dem Lorbeerblatt und einer Chilischote knapp unter dem Siedepunkt in 15 bis 20 Minuten weich ziehen lassen. Nach zehn Minuten Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Lorbeer, Chili, Knoblauch und Ingwer entfernen und die Kartoffeln mit der Brühe und Sahne pürieren. Die Butter und braune Butter hinein mixen und mit Salz, Chili und Zitronenabrieb abschmecken. Zum Schluss den Dill hinein rühren.

Alfons Schuhbeck am 27. April 2012

Lamm-Soße

Für 4 Personen

1 TL Puderzucker	3 EL Portwein, rot	125 ml Rotwein
400 ml Lammfond	1 – 2 TL Speisestärke	1 Zehe Knoblauch
0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Scheibe Ingwer	1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter, kalt	Pfeffer, schwarz	Salz

Den Puderzucker hell karamellisieren, mit Rotwein und Portwein ablöschen und weitgehend einköcheln lassen. Mit Lammfond auffüllen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren und in den köchelnden Jus rühren, bis er leicht sämig bindet. Die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden, einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Knoblauch, Ingwer, Rosmarin und Zitronenschale einlegen, mit Salz und Pfeffer würzen, einige Minuten ziehen lassen und durch ein Sieb gießen. Zum Schluss die Butter hineinrühren.

Tipp:

Die Soße kann nach Geschmack auch noch mit Kurkuma, Koriander, Kreuzkümmel Zimt, Nelken, Piment, Muskatnuss und Vanille gewürzt werden.

Alfons Schuhbeck am 18. März 2011

Remoulade

Für 4 Personen

1 Ei	2 TL Kapern	1 Sardellenfilet
1 Essiggurke	1 EL Kräuter, gemischt	150 g Schmand
1 TL Dijonsenf	Pfeffer, schwarz	Chilisalز

Das Ei hart kochen und in kleine Würfel schneiden. Die Kapern und das Sardellenfilet fein hacken. Die Essiggurke ebenfalls fein würfeln und die frischen Kräuter fein hacken. Den Schmand mit Eiern, Kapern, Sardellen, Senf, Kräutern und Essiggurken verrühren und mit Chilisalز und Pfeffer würzen.

Alfons Schuhbeck am 01. April 2011

Rote-Bete-Soße

Für vier Personen

2 Knollen Rote Bete	1 Schalotte	0,5 Orange, unbehandelt
0,5 Zitrone, unbehandelt	1-2 TL Zucker	150 ml Rote Bete-Saft, aus der Flasche
2 Scheiben Ingwer	0,25 Rinde Zimt	1 EL Himbeeressig
1 TL Speisestärke	Kümmel, gemahlen	Salz

Die Rote Bete schälen, klein schneiden und durch eine Saftzentrifuge pressen. Die Schalotte schälen und vierteln. Jeweils einen halben Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. In einem Topf bei milder Hitze den Zucker hell karamellisieren lassen. Den frischen Rote Bete-Saft mit dem Rote Bete-Saft aus der Flasche hinzufügen, Schalottenviertel, Ingwer, Zimtrinde, Orangen- und Zitronenschale dazu geben und mit Salz, einer Prise Kümmel und Himbeeressig würzen. Die Speisestärke mit kaltem Wasser glatt rühren, in den kochenden Saft rühren, bis dieser leicht sämig bindet, durch ein Sieb gießen, gegebenenfalls nachwürzen, abkühlen lassen.

Alfons Schuhbeck am 05. Oktober 2012

Schokoladen-Soße

Für 4 Personen

200 g Kuvertüre, dunkel 200 g Sahne Ingwer, gemahlen
Kardamomsamen, gemahlen

Den Backofen auf 180 bis 200 Grad vorheizen. Die Kuvertüre klein hacken und in eine Schüssel geben. Die Sahne in einem kleinen Topf zum Kochen bringen, über die Kuvertüre gießen und mit einem Schneebesen zu einer glatten Schokoladensoße verrühren. Mit den Gewürzen abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 09. September 2011

Tamarinden-Soße

Für 4 Personen

1 EL Speisestärke, ca. 15 g	375 ml Wasser	1 Schote Chili, rot
50 g Zucker	1 TL Salz	3 EL Weißweinessig
1 TL Tomatenmark	0,5 Zehe Knoblauch	0,5 TL Ingwer
1 Limette, unbehandelt	0,25 Bund Koriander	1 TL Tamarindenpaste
4 EL Sojasoße, hell		

Asiatisches Tatar:

500 g Rindfleisch, mager	1 Schalotte	2 EL Ingwer, eingelegt
1 EL Koriandergrün, gehackt	2 EL Sojasoße	1 Msp. Wasabi
0,5 TL Dijonsenf	0,5 TL Tamarindenpaste	1 TL Tomatenketchup
1 EL Sesamöl	Nori-Algenblätter	Knoblauchkresse
Ingwer, eingelegt	Chilisalz, mild	Zucker
Salz		

Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Die Chilischote entstrunken, längs halbieren und entkernen. Den Samenstrang ebenfalls entfernen und in kleine Würfel schneiden. Das übrige Wasser mit Chili, Zucker, Salz, Essig, Tomatenmark, fein gehacktem Knoblauch und Ingwer aufkochen lassen. Die Stärkemehlmischung hinein rühren und unter Rühren knapp zwei Minuten leise köcheln lassen. Mit einem Stabmixer kräftig durchmischen. Etwa einen Teelöffel Schale der Limone abreiben. Die Korianderblätter fein hacken. Tamarindenpaste, Sojasoße, Limettenabrieb und Koriandergrün hinein rühren. Die Soße sollte einige Stunden kalt gestellt werden, damit sie gut durchzieht. Übrige Soße kann im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Asiatisches Tatar:

Alfons Schuhbeck am 03. Februar 2012

Suppen

Gazpacho mit gefülltem Seeteufel

Für vier Personen

Gazpacho:

1 Salatgurke, klein	2 Schoten Paprika, rot	3 Tomaten
100 ml Gemüsebrühe	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
5 Fäden Safran	1 Scheibe Toastbrot	1 EL Rotweinessig
4 EL Olivenöl, mild	0,5 Orange, unbehandelt	Chilipulver, mild
Vanillezucker, Salz		

Croutons:

2 Scheiben Toastbrot	40 g Butter
----------------------	-------------

Seeteufel:

100 g Seeteufelfilet	4 getr., eingel. Tomatenfilets	1 TL Olivenöl
Salz, Öl		

Anrichten:

Basilikumblättchen

Gazpacho::

Die Salatgurke schälen und längs halbieren. Die Kerne mit einem Löffel entfernen. Die Paprikaschoten längs halbieren, entkernen und schälen. Die Tomaten entstrunken, über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken, enthäuten, vierteln und entkernen. Die Tomatenkerne mit der Brühe in einen kleinen Topf geben, leicht erwärmen. Den Topf vom Herd nehmen. Den Knoblauch schälen, halbieren und mit dem Ingwer fünf Minuten in der Brühe ziehen lassen. Die Brühe durch ein Sieb in eine Schüssel streichen. Anschließend den Safran hinein geben. Von allen Gemüsesorten so viel in kleine Würfel schneiden, dass sich jeweils ein bis zwei Esslöffel davon ergeben. Das restliche Gemüse grob zerkleinern, das Toastbrot entrinden und in Würfel schneiden. Gemüsestücke und Toastbrotwürfel mit 200 Milliliter kaltem Wasser, der Tomatenbrühe und dem Essig im Küchenmixer fein pürieren. Unter weiterem Mixen das Olivenöl hinzufügen und je nach Konsistenz noch Wasser untermixen. Mit Salz, einer Prise Chilipulver und einer Prise Vanillezucker würzen. Nach Belieben noch ein wenig gehackten Knoblauch und etwa eine Messerspitze Orangenabrieb dazugeben.

Croutons:

Das Toastbrot entrinden und in kleine Würfel schneiden. In der Butter bei milder Hitze goldbraun anbraten, auf einem Sieb abgießen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Seeteufel:

Das Seeteufelfilet in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben zwischen zwei Blättern geölter Klarsichtfolie noch etwas dünner klopfen. Für die Fülle die getrockneten Tomaten möglichst klein schneiden. Die Seeteufelscheiben minimal mit Salz bestreuen. In die Mitte der Seeteufelscheiben je einen halben bis einen Teelöffel Tomaten setzen, die Scheiben darüber zusammenlegen und die Ränder aneinander drücken. In einer Pfanne im Olivenöl von beiden Seiten anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Anrichten:

Die Gazpacho in Suppentassen oder Suppenschälchen verteilen. Den gefüllten Seeteufel hinein legen und mit Croûtons bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 01. Juni 2012

Karotten-Ingwer-Suppe mit karamellisierten Apfel-Spalten

Für 2 Personen

125 g Karotten	1 Zwiebel	1 kleine Strauchtomate
1 rotbackiger Apfel	1 Knoblauchzehe	40 g kalte Butter
400 ml Gemüsefond	100 ml Schlagsahne	20 g Ingwer
2 TL Puderzucker	1 Prise milder Curry	1 Prise Korianderkörner
1 Prise Pimentkörner	1 Prise schwarze Pfefferkörner	1 Prise zerstoßene Zimtsplitter

Die Karotten schälen, die Zwiebel abziehen und halbieren. Die halbe Zwiebel mit den Karotten und der Tomate klein schneiden. In einem Topf einen Teelöffel Puderzucker bei milder Hitze hell karamellisieren, das Gemüse dazugeben und darin anschwitzen. Mit dem Gemüsefond aufgießen und das Gemüse etwa 20 Minuten leise köcheln lassen. Den Apfel vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und sehr fein hacken. Zwei Spalten des Apfels schälen, klein schneiden und mit dem Ingwer, zwei Knoblauchscheiben und dem Curry in die Suppe geben. Die Korianderkörner, Piment, die Pfefferkörner und die Zimtsplitter zermörsern und die Suppe damit zusätzlich würzen. Die Sahne und 30 Gramm der Butter zur Suppe geben und alles mit dem Stabmixer pürieren. In einer Pfanne den übrigen Puderzucker bernsteinfarben karamellisieren. Die restlichen Apfelspalten einlegen, die restliche Butter hinzufügen und die Spalten darin von beiden Seiten hell anbraten. Die Suppe mit einem Stabmixer aufschäumen, auf Tellern anrichten und mit den Apfelspalten garnieren.

Alfons Schuhbeck am 24. Februar 2011

Kartoffel-Bärlauch-Suppe mit knusprigen Weißbrot-Würfeln

Für zwei Personen

1 Kartoffel (á 180 g)	1 Scheibe Toastbrot	30 g Karotten
30 g Knollensellerie	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	3 EL kalte Butter	100 g Sahne
400 ml Gemüsefond	1 Lorbeerblatt, klein	1/2 Bund Bärlauch
30 g Ingwer	1 Prise mildes Chilipulver	1 Muskatnuss
Pfeffer, Salz		

Den Sellerie und die Karotten putzen und schälen. Die Zwiebel abziehen und klein hacken. Die Kartoffel schälen und waschen. Anschließend das Gemüse in kleine Würfel schneiden. Die Gemüswürfel in einem Topf mit dem Fond und dem Lorbeerblatt am Siedepunkt etwa 20 Minuten weich ziehen lassen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben. Das Lorbeerblatt auf dem Topf nehmen, die Sahne mit zwei Esslöffeln Butter, dem Knoblauch und dem Ingwer in die Suppe geben und die Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer, einer Prise Chilipulver und etwas Muskatnuss, sowie ein wenig Zitronenabrieb abschmecken. Den Bärlauch gründlich waschen, die Stiele entfernen, anschließend die Blätter abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Abschließend den Bärlauch in die Suppe geben und kurz darin ziehen lassen. Die Toastbrotsscheibe in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne in der restlichen Butter bei milder Hitze goldbraun braten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Kartoffelsuppe in vorgewärmten Suppentellern anrichten und mit den Weißbrotwürfeln garnieren.

Alfons Schuhbeck am 20. April 2012

Kartoffel-Suppe mit schwarzem Knoblauch und Fenchel

Für vier Personen

0,5 Zwiebel	300 g Kartoffeln	1 EL Butter, braun
0,5 TL Tomatenmark	750 ml Geflügelfond	150 g Sahne
2 Zehen Knoblauch, schwarz	1 TL Fenchelkörner	1 Zacken Sternanis
0,5 Zitrone	3-4 Zweige Fenchelgrün	1 EL Schnittlauchröllchen
Butter, Pfeffer, Salz		

Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Die Kartoffeln schälen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Zwiebelwürfel in einem Topf bei milder Hitze in der braunen Butter anschwitzen. Das Tomatenmark hinein rühren und etwas mitschwitzen lassen. Die Kartoffeln dazu geben, mit Geflügelfond auffüllen und am Siedepunkt 20 bis 30 Minuten weich ziehen lassen. Die Sahne dazu geben und erhitzen. Eine schwarze Knoblauchzehe in Scheiben schneiden, mit etwas Butter in die Suppe geben und zu einer cremigen Suppe pürieren. Fenchelkörner und grob zerstoßenen Sternanis in eine Gewürzmühle füllen. Die Suppe mit etwas frisch gemahlener Fenchel-Anis-Mischung aus der Mühle und einigen Tropfen Zitronensaft oder Himbeeressig würzen. Mit Salz und Pfeffer abrunden. Den Bronzefenchel fein schneiden, unter die Suppe ziehen und beim Anrichten mit Schnittlauch bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 09. November 2012

Kopfsalat-Erbсен-Suppe mit Minze

Für 2 Personen

150 g Erbsen, Tk	1 Zwiebel	1 Kopfsalat
50 g Kochschinken	1 Muskatnuss	2 Zweige Minze
2 Zweige glatte Petersilie	1 EL kalte Butter	350 ml Geflügelfond
50 ml Sahne	1 Prise mildes Chilipulver	Minze
Pflanzenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Die Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte in Würfel schneiden. Die andere Hälfte wird nicht verwendet. Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Die Erbsen hinzugeben und mit dem Geflügelfond aufgießen. Vier Esslöffel Erbsen als Beilage beiseite legen. Die Sahne und die Butter zu der Suppe geben und pürieren. Mit Salz, Chili und etwas frisch geriebenem Muskat abschmecken. Den Schinken in kleine Würfel schneiden. Von dem Kopfsalat zwei Blätter lösen und waschen. Anschließend in feine Streifen schneiden. Die Petersilie und die Minze zupfen. Den Schinken, den Salat, die Erbsen, die Petersilie und die Minze in tiefe Teller geben. Die Suppe nochmals aufschäumen und in die tiefen Teller geben. Die Suppe mit der Minze garnieren und servieren.

Alfons Schuhbeck am 10. Juni 2011

Kräuter-Suppe mit Lachs aus dem Ofen

Für zwei Personen

2 Lachsfilet, à 80 g	1 feste Kartoffel	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Kerbel	100 g junger Blattspinat	3 Zehen Knoblauch
1 Muskatnuss	1 Prise mildes Chilipulver	20 g kalte Butter
80 g Sahne	500 ml Gemüesfond	mildes Chilisalz
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffel schälen und in circa ein Zentimeter große Würfel schneiden. Den Gemüesfond erhitzen und die Kartoffel darin circa 20 Minuten garkochen. Den Lachs waschen und trocken tupfen. Auf einen Teller Olivenöl geben, den Lachs daraufsetzen, mit Klarsichtfolie bedecken und für circa 20 Minuten in den Backofen geben. Die Petersilie und den Kerbel zupfen und fein hacken. Den Blattspinat waschen und trocken schleudern. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Kräuter und den Knoblauch mit der Sahne und der Butter zu dem Fond geben und pürieren. Die Suppe mit Salz, einer Prise Chilipulver und etwas Muskat abschmecken. Den Fisch aus dem Ofen nehmen, mit etwas Olivenöl bepinseln und mit Chilisalz würzen. Die Suppe nochmals aufschäumen und in tiefe Teller geben. Den Lachs hineinsetzen und servieren.

Alfons Schuhbeck am 23. März 2012

Kürbis-Paprika-Suppe mit Zander-Würfeln

Für 2 Personen

150 g Zanderfilet, ohne Haut	1 rote Paprikaschote	1 Muskatkürbis, a 300 g
1 Knoblauchzehe	1 Zimtrinde	1 Vanilleschote
80 g Sahne	20 g kalte Butter	1 TL Currypulver
500 ml Geflügelfond	Chilipulver, mild	Salz
schwarzer Pfeffer		

Die Paprikaschoten vierteln, vom Strunk und Kernen befreien und schälen. Den Kürbis schälen, halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. Den Gemüesfond erhitzen und die Paprika und den Kürbis darin circa 20 Minuten weich kochen. Die Sahne und das Currypulver zufügen und pürieren. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Beides zusammen mit dem Zimt zu der Suppe geben und einige Minuten ziehen lassen. Anschließend wieder herausnehmen. Die Butter einrühren und mit Salz und Chilipulver abschmecken. Den Zander waschen, trocken tupfen und in circa 1,5 Zentimeter große Würfel schneiden. Etwas Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Anschließend vom Herd nehmen und den Zander für circa drei Minuten in das Salzwasser geben und ziehen lassen. Die Suppe aufschäumen und auf Tellern anrichten. Die Zanderwürfel hineinlegen und servieren.

Alfons Schuhbeck am 28. Oktober 2011

Kürbis-Suppe mit Orange und Reh-Pflanzerl

Für 4 Personen

Kürbissuppe:

750 g Muskatkürbis	0,75 l Geflügelbrühe	150 g Sahne
0,5 Orange, unbehandelt	1 Zehe Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 Splitter Zimtrinde	0,5 Schote Vanille	40 g Butter, kalt
Salz	Chilisalz	Curry, mild

Rehpflanzerl:

0,5 Orange, unbehandelt	1 Stück Ingwer, frisch	100 g Toastbrot
100 ml Milch	1 Zwiebel, klein	2 Eier
2 TL Senf, scharf	170 g Rehhackfleisch	170 g Kalbshackfleisch
170 g Schweinehackfleisch	1 EL Preiselbeermarmelade	0,25 Bund Petersilie, glatt
Öl	Pfeffer	Cayennepfeffer
Majoran, getrocknet	Wildgewürz	Salz

Kürbissuppe:

Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Etwa einen Teelöffel Schale der Orange abreiben, den Saft auspressen. Die Kürbiswürfel in der Geflügelbrühe in etwa 20 Minuten knapp unter dem Siedepunkt weich garen. Etwa ein Viertel der Kürbiswürfel herausnehmen und in einem Topf warm stellen. Die restlichen Kürbiswürfel mit der Sahne, Orangenabrieb und Orangensaft pürieren. Die Knoblauchzehe halbieren und mit Ingwer, Zimt und der ausgekratzten Vanilleschote einlegen, einige Minuten darin ziehen lassen und danach entfernen. Die Butter hinein mixen und mit Salz oder Chilisalz und Curry abschmecken.

Rehpflanzerl:

Schale der Orange abreiben und etwa eine Messerspitze Ingwer fein hacken. Das Toastbrot entrinden und in der Milch einweichen, die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne bei milder Hitze im Öl glasig andünsten. Eier mit Senf verquirlen und mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, einer Prise Majoran, Orangenschale und Ingwer verrühren. Das Hackfleisch mit dem eingeweichten Brot, den verquirlten Eiern, Preiselbeermarmelade und Zwiebelwürfelchen vermischen und mit Salz und Wildgewürz würzen. Majoran, Orangenschale, Ingwer und grob gehackte Petersilie hinein geben. Mit feuchten Händen kleine Pflanzerl daraus formen und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im restlichen Öl von beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Anrichten:

Die Kürbiswürfel und die Suppe in warme Teller verteilen, die Pflanzerl in die Mitte setzen.

Alfons Schuhbeck am 07. Oktober 2011

Schwarzwurzel-Suppe mit Saibling, Feld-Salat, Liebstöckel

Für 4 Personen

Suppe:

700 g Schwarzwurzeln	800 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
1 EL Butter, braun	30 g Butter	Chilipulver, mild
Muskatnuss, frisch gerieben	Salz	

Saibling:

2 Saiblingfilets, a 100 g	1 – 2 EL Butter, braun	Butter
Chilisalز		

Garnitur:

1 Handvoll Feldsalat, klein	2 Liebstöckelblätter
-----------------------------	----------------------

Suppe:

Die Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten, schälen und schräg in Scheiben schneiden. Die Schwarzwurzeln in der Brühe in etwa 20 Minuten knapp unter dem Siedepunkt weich köcheln lassen. Für die Einlage mit einer Schaumkelle etwa ein Viertel der Schwarzwurzelscheiben heraus nehmen. Nach Belieben ganz lassen oder mit etwas Butter zu Püree verarbeiten. Die Sahne zur Suppe geben, erhitzen, braune Butter und Butter dazu geben und alles in einem Mixer pürieren. Mit Salz, Chili und etwas Muskatnuss abschmecken. Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Saibling:

Die Saiblingfiletstücke auf ein gebuttertes Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen zwölf bis 15 Minuten saftig durchziehen lassen. Anschließend mit brauner Butter bepinseln und mit Chilisalز würzen.

Garnitur:

Feldsalat und Liebstöckel gründlich waschen und abtropfen lassen. Ein paar schöne Feldsalatsträußchen beiseitelegen und die übrigen mit dem Liebstöckel fein schneiden.

Anrichten:

Die Schwarzwurzelscheiben oder das Schwarzwurzelpüree in die Mitte von warmen Suppentellern setzen. Die Suppe nochmals aufschäumen und außen herum ziehen. Die Saiblingfilets in die Mitte setzen, mit dem Feldsalat-Liebstöckel-Gemisch bestreuen und mit ganz kleinen Feldsalatsträußchen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 14. Januar 2011

Sellerie-Suppe mit Zimt-Äpfeln und Walnüssen

Für 2 Personen

350 g Knollensellerie	1/2 rotbackiger Apfel	80 g Schlagsahne
1 TL Puderzucker	2 TL Butter	2 EL kalte Butter
450 ml Geflügelfond	1 Stück Zimtrinde	1 Prise mildes Chilipulver
1 EL grob gehackte Walnüsse	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Sellerie schälen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Den Fond in einem Topf erhitzen und den Sellerie darin Topf knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten weich ziehen lassen. Anschließend die Sahne und zwei Esslöffel kalte Butter hinzufügen und alles mit einem Stabmixer pürieren. Abschließend die Suppe mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Den Apfel waschen, entkernen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze den Puderzucker hell karamellisieren. Die Apfelspalten von beiden Seiten darin andünsten, die Butter hineinschmelzen lassen und Zimt frisch von der Rinde darüber reiben. Die Suppe mit einem Stabmixer nochmals aufschäumen, auf Tellern anrichten und mit den Apfelspalten den Walnusshälften garnieren.

Alfons Schuhbeck am 30. Dezember 2011

Vegetarisch

Gebackenes, pochiertes Ei auf Dill-Koriander-Spinat

Für 4 Personen

Ei:

8 EL Essig	5 Eier, möglichst frisch	50 g Mehl, doppelgriffig
50 g Weißbrotbrösel	Curry	Senf, scharf
Öl	Pfeffer	Zucker
Salz		

Rahmspinat:

500 g Blattspinat	300 g Dill, Kerbel und Korianderblätter	250 g Sahne
2 EL Butter	1 Vanilleschote	2 EL Butter, braun
Muskatnuss	Cayennepfeffer	Salz

Ei:

In einem breiten Topf Wasser aufkochen und einen Schuss Essig hinein geben. In vier kleine Schälchen je einen Esslöffel Essig geben und jeweils ein rohes Ei vorsichtig hinein schlagen, den Dotter dabei nicht verletzen. Das siedende Wasser vom Herd nehmen, mit einem Kochlöffel kreisförmig in eine Richtung rühren, bis es sich dreht. Die Eier nacheinander aus den Schälchen in das sich drehende Wasser gleiten lassen. Das Eiweiß wickelt sich dabei um das Eigelb und je nach Temperatur des Wassers wird es in acht bis zehn Minuten pochiert. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und kurz abtropfen lassen. Das übrige Ei verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Senf kräftig würzen und in einen tiefen Teller füllen. Die Weißbrotbrösel mit etwas Curry, Zucker und Salz vermengen. Mehl und Weißbrotbrösel ebenfalls in tiefe Teller füllen. Die pochierten Eier zuerst in Mehl, dann in Ei und in den Weißbrotbröseln wenden. In einer Pfanne bei milder Temperatur circa einen Zentimeter hoch Öl erhitzen und die Eier darin auf beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Rahmspinat:

Die Spinatblätter von den Stielen zupfen. Die Blätter in Salzwasser etwa drei Minuten kochen, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Dill, Kerbel und Korianderblätter waschen und trocken schleudern. Mit den Händen das überschüssige Wasser aus dem Spinat drücken, und etwas zerkleinern. Die Sahne erhitzen und mit dem Spinat und Butter in einem Mixer pürieren. In einen kleinen Topf füllen, Vanille einlegen, sanft erhitzen, die braune Butter hinein rühren und mit Salz, Muskatnuss und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Schluss die Kräuterblätter grob schneiden und kurz untermixen. Den Rahmspinat mit den gebackenen, pochierten Eiern anrichten.

Tipp:

Nach Geschmack kann der Rahmspinat noch mit etwas Chili, Knoblauch, Ingwer, Kreuzkümmel und Korianderkörnern abgeschmeckt werden.

Alfons Schuhbeck am 27. Mai 2011

Verschiedenes

Rum-Eis

Für 4 Personen

2 Vanilleschote	500 ml Milch	500 g Sahne
180 g Zucker	10 Eier	Kuba-Rum, braun
Salz		

Die Vanilleschoten längs halbieren, das Mark auskratzen. Milch, Sahne, die Hälfte des Zuckers, das Vanillemark und die Vanilleschoten in einen Topf geben und aufkochen lassen. Währenddessen einen kleinen Topf mit drei Zentimeter hoch Wasser befüllen und aufkochen lassen. Sechs Eigelb und vier Eier mit dem übrigen Zucker mit einer Prise Salz in einem Schlagkessel mit einem Schneebesen hell-schaumig aufschlagen. Die kochende Vanillemilch unter Rühren nach und 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 etwa 75 Grad erhitzen und sofort durch ein Sieb gießen, so bleiben die Vanilleschoten zurück und die Soße kühlt gleichzeitig etwas ab. Mit einem Schuss Rum abschmecken. Auskühlen lassen und in einer Eismaschine zu einem cremigen Eis frieren. In einen vorgefrosten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Gebrauch in den Froster stellen.

Alfons Schuhbeck am 04. Februar 2011

Vorspeisen

Arabisches Fladenbrot auf Artischocken-Feigen-Salat

Für 4 Personen

Gefülltes arabisches Fladenbrot:

2 Zehen Knoblauch	1 TL Ingwer	300 g Rinderhackfleisch
1 Ei	2 TL Harissa	0,5 TL Salz
0,25 – 0,5 TL Kardamom, gemahlen	0,25 – 0,5 TL Ingwer, gemahlen	Minzeblätter
Fladenbrot, arabisch, dünn	Öl	Chilisalز

Salat:

4 Artischocken	1 – 2 Zitronen	150 ml Geflügelbrühe
4 Feigen, reif	0,5 Granatapfel	2 EL Olivenöl
1 EL Zitronensaft	60 ml Rotwein	40 ml Portwein, rot
1 EL Granatapfelsirup, sauer	1 EL Granatapfelsirup, süß	1 TL Balsamico, dunkel
5 EL Olivenöl, mild	Pfeffer	Chilisalز
Salz		

Minz-Joghurt:

200 g Joghurt	1 Zitrone, unbehandelt	1 – 2 TL Minzeblätter
1 Prise Puderzucker	Chilisalز	2 Handvoll Salatblätter

Gefülltes arabisches Fladenbrot: Den Knoblauch in feine Würfel schneiden. Den Ingwer fein reiben. Etwa einen Teelöffel Minzeblätter fein schneiden. Das Fleisch mit den Gewürzen, Harissa, Ei und Salz verkneten und den geriebenen frischen Ingwer sowie die Knoblauchwürfelchen und die Minze zugeben und unterarbeiten. Das Fladenbrot kurz im Ofen aufbacken. Anschließend mit dem Messer rundum einschneiden und einmal aufklappen. Mit der Hackfleischmasse dünn füllen, den Brotdeckel wieder auflegen und mit den Händen festdrücken. Mit Klarsichtfolie aufrollen und kurz einfrieren. Bei Bedarf in Scheiben schneiden und mit Öl bei milder Hitze in einer Pfanne knusprig braun braten, mit Chilisalز würzen.

Salat: Von den Artischocken die Stiele ausbrechen, die holzigen äußeren Blätter weg schneiden und den Boden freilegen. Von innen das Heu entfernen, den Boden halbieren und in Ecken schneiden. Die Stiele schälen und in dünne schräge Scheiben schneiden. Zwischendurch mit Zitronensaft beträufeln und in Zitronenwasser einlegen. Anschließend in der Brühe in vier bis fünf Minuten weich dünsten, vom Herd nehmen und in einer kleinen Schüssel mit Zitronensaft, zwei Esslöffel Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren. Die Feigen waschen und in dünne Spalten schneiden. Von dem Granatapfel die Kerne mit Hilfe einer Schöpfkelle auslösen. Den Rotwein mit dem Portwein in einem kleinen Topf auf circa zwei Esslöffel einreduzieren lassen. Mit beiden Granatapfelsirupen und dem Balsamico in einer kleinen Schüssel mit einem Schneebesen verrühren, dabei nach und nach das Olivenöl in einem dünnen Strahl einfließen lassen. Zum Schluss das Dressing mit Salz, Chilisalز und Pfeffer würzen und die Granatapfelkerne unterrühren. Anschließend die Feigen darin marinieren.

Minz-Joghurt: Etwa einen Teelöffel Zitronensaft auspressen und etwas Schale abreiben. Den Joghurt mit Zitronensaft, Zitronenabrieb und der Minze vermischen und mit Chilisalز und einer Prise Zucker würzen.

Anrichten: Den Minzjoghurt als Spiegel auf vier kalte Teller verteilen. Marinierte Artischocken und Feigen darauf setzen und die gerösteten Fladenbrotscheiben anlegen. Mit den Salatblättern ausgarnieren.

Alfons Schuhbeck am 19. August 2011

Auberginen-Scheiben mit Garnelen und mariniertem Gemüse

Für zwei Personen

6 Riesen-Garnelen	1 Aubergine	1 Zucchini
1 rote Paprika	5 Frühlingszwiebeln	6 Datteltomaten
1 Knoblauchzehe	1 Knolle Ingwer	1 Limette
100 g griechischer Joghurt	1 Vanilleschote	1 Zimtsplitter
1 Rosmarinzwieg	1 Zweig glatte Petersilie	2 Zweige Basilikum
1 TL Zatar	40 g doppelgriffiges Mehl	220 ml Gemüsefond
1 EL weißer Balsamico	Zucker, Olivenöl	Salz, schwarzer Pfeffer

Zwei Scheiben der Aubergine der Länge nach abschneiden. Mit dem Zatar bestreuen und leicht andrücken. Die Scheiben in Mehl wenden, mit etwas kaltem Wasser besprenkeln und leicht verreiben. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Auberginen von beiden Seiten anbraten. Die Zucchini vierteln. Der Rest wird nicht verwendet. Die Zucchini schräg in circa 0,5 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Paprikaschote halbieren. Der Rest wird nicht verwendet. Die Paprika entkernen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Die grünen Halme der Frühlingszwiebeln entfernen und halbieren. Die Datteltomaten ebenfalls halbieren. Einen Dampfgartopf mit 200 Millilitern des Gemüsefonds füllen. Einen Streifen der Zitronenschale abschneiden. Den Ingwer schälen und eine Scheibe abschneiden. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Zitronenschale, Ingwer und Knoblauch mit dem Rosmarin, der aufgeschnittenen Vanilleschote und dem Zimt in den Fond geben. Den Dämpfaufsatz einsetzen und die Paprika, Zucchini und Frühlingszwiebeln obenauf geben und circa acht Minuten garen. Anschließend das Gemüse in eine Schüssel geben und die Tomaten untermischen. Aus fünf Esslöffeln des Fonds, dem Balsamicoessig und einem guten Schuss Olivenöl eine Vinaigrette herstellen. Mit einer Prise Zucker würzen. Die Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien und säubern. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Garnelen von beiden Seiten anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Garnelen in der Resthitze durchziehen lassen. Die Petersilie zupfen, fein hacken und zu den Garnelen geben. Für den Limettendip die Hälfte der Limettenschale reiben. Den Saft auspressen. Den griechischen Joghurt mit dem restlichen Gemüsefond, dem Abrieb der Limette und einem Spritzer Limettensaft vermengen. Zwei Teelöffel Olivenöl einrühren und mit Zucker abschmecken. Die Auberginenscheiben mit dem Gemüse auf Tellern anrichten. Die Garnelen obenauf geben und den Limettendip dazureichen. Das Basilikum zupfen, über das Ganze streuen und servieren.

Alfons Schuhbeck am 29. Juni 2012

Backhendl mit Kartoffel-Vogerl-Salat und Speck-Krusteln

Für 4 Personen

Backhendl:

1 Zitrone, unbehandelt	2 Eier	4 Hähnchenbrüste a 120 g
80 g Mehl, doppelgriffig	100 g Weißbrotbrösel	200 ml Öl
1 EL Butter, kalt	Pfeffer	Muskatnuss
Salz		

Kartoffelvogersalat:

100 g Vogersalat, klein	100 g Frühstücksspeck	2 EL Öl
40 g Ingwer, eingelegt	1 kg Kartoffeln, vorw. fest	0,5 EL Kümmel, ganz
1 Zwiebel, klein	400 ml Geflügelbrühe	3 EL Butter, gebräunt
Chilipulver, mild	Zucker	Salz

Remoulade:

1 Ei	2 TL Kapern	1 Sardellenfilet
1 Essiggurke	1 EL Kräuter, gemischt	150 g Schmand
1 TL Dijonsenf	Pfeffer, schwarz	Chilisalز

Backhendl:

Die Schale der Zitrone abreiben. Etwa drei Teelöffel des Saftes auspressen. Die Eier verquirlen, mit einem Teelöffel Zitronensaft, Salz, Pfeffer, frisch geriebener Muskatnuss und der Hälfte des Zitronenabriebes 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. In einer zweiten Pfanne die Butter schmelzen, den restlichen Zitronenabrieb und den übrigen Zitronensaft dazu geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die gebackenen Hendlstücke nochmals kurz darin wenden.

Kartoffelvogersalat:

Den Vogersalat gründlich waschen, putzen und trocken schleudern. Den Speck in Streifen schneiden, in einer Pfanne in einem Esslöffel Öl goldbraun anbraten, auf einem Sieb abgießen und auf Küchenpapier trocken tupfen. Den Ingwer in feine Streifen schneiden. 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 Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne in einem Esslöffel Öl bei milder Hitze glasig anschwitzen. Die Brühe erhitzen und mit Essig und Senf verrühren. Mit Salz, einer Prise 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 den Zwiebeln und dem Ingwer hinein rühren. Den Vogersalat mit dem Speck unter den Kartoffelsalat ziehen, dabei einen Teil für die Dekoration zurück behalten.

Remoulade:

Das Ei hart kochen und in kleine Würfel schneiden. Die Kapern und das Sardellenfilet fein hacken. Die Essiggurke ebenfalls fein würfeln und die frischen Kräuter fein hacken. Den Schmand mit Eiern, Kapern, Sardellen, Senf, Kräutern und Essiggurken verrühren und mit Chilisalز und Pfeffer würzen. Den Kartoffelsalat auf lauwarmen Tellern anrichten, die Backhendl darauf legen und die Remoulade außen herum ziehen.

Alfons Schuhbeck am 01. April 2011

Brezen-Knödel-Salat mit Spargel

Für 4 Personen

Brezenknödel:

250 g Laugenstangen, weich	250 ml Milch	2 Eier
0,5 Zwiebel	1 EL Öl	0,25 Bund Petersilie
Muskatnuss	Pfeffer	Salz

Dressing:

1 Ei, sehr frisch	0,5 TL Senf, scharf	100 ml Gemüsebrühe, lauwarm
0,5 Zehe Knoblauch	1 Msp. Ingwer	1-2 EL Weißweinessig
150 ml Salat-Öl, mild	Pfeffer, schwarz	Chilipulver, mild
Zucker	Salz	

Salat:

1 Bund Lauchzwiebeln	100 g Essiggurken, klein	1 Bund Radieschen
100 g Spargel, grün	100 g Spargel, weiß	100 g Cocktailtomaten
1 Rezept Brezenknödel	2 EL Öl	500 g Wienerwürstchen
2 Eier	1 Zwiebel, weiß	Kopfsalat

Brezenknödel:

Von den Laugenstangen das Salz entfernen und in circa einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Milch aufkochen und in die Eier rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und mit den Brezenwürfeln vermischen, dabei aber nicht drücken. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Öl bei milder Hitze glasig anschwitzen. Die Petersilie putzen, fein schneiden und in die Brezenmasse geben. Zwei Blätter starke Alufolie jeweils mit Klarsichtfolie belegen. Die Brezenknödelmasse darauf zu länglichen Rollen von etwa fünf Zentimeter Durchmesser formen. Erst in die Klarsichtfolie einrollen, dann in die Alufolie einwickeln. Die Enden der Alufolie erst etwas andrücken, dann drehen, so dass eine formschöne Rolle entsteht. Die Knödelrollen in einem entsprechend großen Topf mit leicht siedendem Wasser etwa 30 Minuten garen. Aus dem Wasser heben, aus der Folie wickeln und heiß in Scheiben schneiden

Dressing:

Ein Eigelb mit dem Senf in einen hohen Rührbecher geben. Brühe, Knoblauch, Ingwer und Weißweinessig dazu geben. Das Salat-Öl in einem dünnen Strahl dazugießen und untermixen. Mit Salz, Pfeffer, Chili und Zucker würzen.

Salat:

Die Lauchzwiebeln und die Essiggurken in schräge Scheiben schneiden. Die Radieschen putzen und in dünne Scheiben schneiden. Den Spargel schälen, schräg in Scheiben schneiden und im Dampfgarer weich garen. Die Cocktailtomaten halbieren. Die Brezenknödelscheiben in einer Pfanne mit dem Öl bei mittlerer Hitze anbraten. Die Wiener Würstchen schräg in drei bis fünf Millimeter dicke Scheiben schneiden. Alle Zutaten in einer großen Salatschüssel miteinander mischen, mit dem Dressing übergießen und zehn Minuten ziehen lassen. Die Eier zehn Minuten kochen, kalt abschrecken und schälen. Die Zwiebel schälen, in Streifen schneiden, ein bis zwei Minuten in Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Den Salat nochmals gut mischen, abschmecken und auf Teller verteilen. Den Kopfsalat waschen und putzen, darauf anrichten und gegebenenfalls noch etwas Dressing darüber träufeln. Die Eier vierteln und damit garnieren.

Alfons Schuhbeck am 06. Mai 2011

Brotzeit

Für 4 Personen

Eingelegter Almkäse:

1 Zwiebel, rot, klein	400 g Almkäse	1 EL Pinienkerne, geröstet
1 EL Rosinen	4 Radieschen	2 EL Weißweinessig
1 Prise Chiliflocken, mild	4 EL Olivenöl	1 – 2 EL Schnittlauch
Pfeffer, schwarz	Zucker	Salz

Speck, Feige:

50 ml Portwein, rot	50 ml Rotwein	1 EL Butter, kalt
2 Feigen	Speckscheiben, dünn	Feldsalat, klein
Walnüsse		

Brezenknödel:

0,25 Bund Petersilie	250 g Laugenstange	250 ml Milch
2 Eier	0,5 Zwiebel	1 EL Öl
Pfeffer	Muskatnuss	Salz

Dressing:

2 Schalotten	150 ml Brühe	1 – 2 TL Senf, scharf
2 – 3 EL Rotweinessig	1 Prise Zucker	3 EL Olivenöl, mild
1 TL Nussöl	Pfeffer	Salz

Salat:

1 Bund Lauchzwiebeln	100 g Essiggurken, klein	1 Bund Radieschen
100 g Bohnen, breit	100 g Cocktailtomaten	1 Rezept Brezenknödel
2 EL Öl	1 TL Butter	4 Wachteleier
Feldsalat	Salz	

Geräucherter Saibling:

1 Saiblingsfilet	500 g Weißkraut	1 EL Puderzucker
5 EL Rotweinessig, mild	275 ml Gemüsebrühe	2 EL Salatöl
Dill	Pfeffer	Kümmel, gemahlen
Chilipulver, mild	Zucker	Salz

Eingelegter Almkäse:

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Käse in mundgerechte Stücke schneiden. Die Radieschen in Scheiben schneiden. Für die Marinade 80 Milliliter Wasser mit Essig mischen und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Chiliflocken würzen. Die Zwiebeln mit dem Käse, Pinienkernen, Rosinen und Radieschen mischen und einige Stunden ziehen lassen. Den Salat auf Tellern verteilen, mit Olivenöl beträufeln und mit Schnittlauch bestreuen.

Speck, Feige, Feldsalat und Walnüsse:

Portwein und Rotwein auf etwa zwei Esslöffel Flüssigkeit einköcheln lassen und die Butter hinein rühren. Die Feigen waschen, das harte Stielende entfernen und die Frucht in sechs Teile schneiden. Die Speckscheiben mit den Feigenspalten und Feldsalat auf Tellern anrichten, mit Walnüssen bestreuen und die Weinreduktion darüber träufeln.

Brezenknödel:

Die Petersilie hacken. Von der Laugenstange das Salz entfernen und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Milch aufkochen und in die Eier rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und mit den Brezenwürfeln vermischen, dabei aber nicht drücken. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne im Öl bei milder Hitze glasig anschwitzen. Mit der Petersilie in die Brezenmasse geben. Zwei Blätter starke Alufolie jeweils mit Klarsichtfolie belegen. Die Brezenknödelmasse darauf zu länglichen Rollen von etwa fünf

Zentimeter Durchmesser formen. Erst in die Klarsichtfolie einrollen, dann in die Alufolie einwickeln. Die Enden der Alufolie erst etwas andrücken, dann drehen, so dass eine formschöne Rolle entsteht. Die Knödelrollen in einem entsprechend großen Topf mit leicht siedendem Wasser etwa 30 Minuten garen. Aus dem Wasser heben, aus der Folie wickeln und heiß in Scheiben schneiden
Dressing:

Die Schalotten schälen, fein würfeln und eine Minute in Wasser köcheln. Abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Brühe mit dem Senf, Salz und Zucker gut verrühren. Öl und Nussöl hinein mixen, die Schalotten dazu geben und mit Pfeffer würzen. Eventuell mit etwas Salz nachwürzen.

Salat:

Die Lauchzwiebeln und die Essiggurken in schräge Scheiben schneiden. Die Radieschen putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Bohnen putzen, in Rauten schneiden und in Salzwasser bissfest garen. In Eiswasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen. Die Cocktailtomaten halbieren. Den Brezenknödel in Scheiben schneiden. Die Brezenknödelscheiben in einer Pfanne mit dem Öl bei mittlerer Hitze anbraten. Alle Zutaten in einer großen Salatschüssel vorsichtig miteinander mischen, mit dem Dressing übergießen und zehn Minuten ziehen lassen. Eine Pfanne bei milder Temperatur erhitzen, die Butter darin mit einem Pinsel verteilen und mit etwas Salz bestreuen. Die Wachteleier mit einem Sägemesser leicht einritzen, die Schalen öffnen und die Eier in die Pfanne gleiten lassen. Die Eier bei sanfter Hitze stocken lassen. Den Salat nochmals gut mischen, abschmecken und auf Teller verteilen. Ein Wachtelspiegelei auflegen, etwas Feldsalat putzen, darauf anrichten und gegebenenfalls noch etwas Dressing darüber träufeln. Den Backofen auf 70 Grad vorheizen.

Geräucherter Saibling auf Krautsalat mit Meerrettich:

Den Saibling im vorgeheizten Backofen erwärmen. Das Weißkraut putzen, die äußeren Blätter entfernen und den Strunk herausschneiden. Das Kraut in feine Streifen hobeln, in eine Metallschüssel geben und mit Salz würzen. Den Puderzucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze hell karamellisieren. Mit dem Essig ablöschen und auf gut die Hälfte einköcheln lassen. 125 Milliliter Brühe angießen und einmal aufkochen lassen, den heißen Sud über das Kraut gießen und damit vermischen. Das Öl unterrühren und mit Salz, Pfeffer, je eine Prise Kümmel und Chilipulver sowie etwas Zucker abschmecken. Den Krautsalat zehn Minuten ziehen lassen und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen. Eventuell Meerrettich aus dem Glas darunter ziehen. Die einzelnen Komponenten des Gerichts dekorativ auf einer Platte anrichten und mit Dill ausgarnieren.

Alfons Schuhbeck am 27. Januar 2012

Forelle mit Krebs-Schwänzen, Portulak, Radieschen

Für vier Personen

Forellenfilets:

1 Zitrone, unbehandelt	65 g Petersilie, mit Stielen	50 g Dill, mit Stielen
20 g Ingwer	15 g Pfefferkörner, schwarz	5 g Korianderkörner
1 Lorbeerblatt, klein	65 g Salz, fein	65 g Puderzucker
30 ml Gin	4 Forellenfilets à 150 g	4 EL Butter, braun

Butter für das Blech

Krebsschwänze:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	1 Zehe Knoblauch
150 g Krebschwänze in Lake	1 – 2 EL Butter, braun	1 Scheibe Ingwer
Chilisalz, mild		

Salat:

2 Handvoll Portulak	2 Handvoll Feldsalat, klein	1 Handvoll Löwenzahn, gelb
2 EL Dillspitzen	6 Radieschen	4 EL Gemüsebrühe
0,5 TL Dijonsenf	1 EL Weißweinessig	2 EL Salatöl, mild
Pfeffer, schwarz	Zucker, Salz	

Kartoffeln:

4 Minikartoffeln, ca. 80 g	Fett	Chilisalz
----------------------------	------	-----------

Buttermilch-Chili-Dip:

150 g Joghurt, griechisch	5 EL Buttermilch	50 ml Mineralwasser
0,5 Zitrone	Chiliflocken, mild	Zucker
Salz		

Anrichten:

Blütenblättchen, klein	Kräuterblättchen
------------------------	------------------

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Forellenfilets:

Die Schale der Zitrone in feine Streifen schneiden. Petersilie und Dill grob schneiden. Den Ingwer waschen und in Streifen schneiden. Pfefferkörner, Korianderkörner und Lorbeerblatt grob mörsern. Petersilie, Dill, Ingwer, Pfeffer-Koriander-Lorbeer-Gemisch, Zitronenzesten, Salz, Puderzucker und Gin mischen. Die Forellenfilets nebeneinander in eine große Auflaufform legen. Die Beize gleichmäßig darüber verteilen, einen Deckel aufsetzen oder mit Klarsichtfolie bedecken und im Kühlschrank vier bis fünf Stunden durchziehen lassen. Die Beize anschließend entfernen, die Filets kalt abwaschen und trocken tupfen. Je zwei Filets mit der flachen Seite aneinander legen, dabei überstehende Enden gegebenenfalls abschneiden und je ein „Doppelfilet“ in Klarsichtfolie einwickeln. (Die Forelle kann so vorbereitet noch einige Stunden im Kühlschrank aufbewahrt werden, bis sie im Ofen gegart wird.) Auf ein Backblech legen und circa 15 Minuten lauwarm und glasig durchziehen lassen. Die Fischfilets aus der Folie wickeln, in einen Zentimeter breite Stücke schneiden und beim Anrichten mit der braunen Butter bepinseln.

Krebsschwänze:

Jeweils eine Messerspitze Schale der Orange und der Zitrone abreiben. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Die Krebschwänze auf einem Sieb unter fließend kaltem Wasser abwaschen und gut abtropfen lassen. Die braune Butter in einer Pfanne mit Knoblauch, Ingwer, Zitronen- und Orangenschale erwärmen und mit Chilisalz würzen. Die Krebschwänze darin wenden.

Salat:

Portulak, Feldsalat und Löwenzahn verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Radieschen putzen, waschen und in Scheiben hobeln. Für das Dressing Brühe mit Senf und Essig in einen

Mixbecher geben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen, mit einem Stabmixer durchrühren und dabei das Öl hinein mixen, gegebenenfalls nachwürzen.

Kartoffeln:

Die Kartoffeln waschen und schälen. Die Kartoffeln mit einem Sparschäler in Streifen schneiden, waschen und sorgfältig trocken tupfen. Eine Fritteuse auf 175 Grad erhitzen. Die Kartoffelstreifen darin goldbraun frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Chilisalz würzen. Portulak, Feldsalat, Löwenzahn, Dill und Radieschenscheiben mit dem Dressing marinieren und nach Belieben die Kartoffelstreifen darunter mischen oder diese separat zum Garnieren verwenden.

Buttermilch-Chili-Dip:

Joghurt mit Buttermilch und Mineralwasser aufmixen. Mit Salz, einigen Tropfen Zitronensaft, je einer Prise Chiliflocken und Zucker abschmecken.

Anrichten:

Den Salat auf die Mitte von Tellern anrichten, den Buttermilchdip außen herum träufeln, die Forellenfilet- Scheiben anlegen und die Krebschwänze dazwischen streuen. Mit den Blüten- und Kräuterblättchen dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 13. April 2012

Garnelen-Pflanzerl auf Grünkohl-Mango-Salat

Für 4 Personen

Pflanzerl:

1 EL Korianderkörner	1 EL Fenchelkörner	1 EL Pfefferkörner, schwarz
50 g Weißbrot, entrindet	50 ml Sahne	4 Frühlingszwiebeln
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 TL Ingwer	0,5 Zehe Knoblauch
250 g Zanderfilet, enthäutet	250 g Riesen-Garnelen, geschält	1 Ei
0,5 TL Curry, mild	0,5 TL Senf, scharf	100 g Weißbrotbrösel
Öl	Pfeffer, schwarz	Salz

Soße:

2 EL Kokosmilch	1 TL Fischgewürz	200 g Crème double
Salz		

Salat:

0,5 Orange, unbehandelt	2 EL Weißweinessig	0,5 TL Senf, scharf
5 EL Olivenöl, mild	2 EL Granatapfelkerne	6 Zweige Grünkohl
0,5 Mango, klein, reif	1 Zwiebel, weiß, klein	0,5 Avocado, reif
Pfeffer	Zucker	Salz

Pflanzerl:

Den Koriander in einer Pfanne bei milder Hitze rösten, bis er zu duften beginnt und auskühlen lassen. Koriander mit Fenchel und Pfeffer in eine Gewürzmühle füllen. Das Weißbrot in kleine Würfel schneiden und in Sahne einweichen. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Knoblauchzehe ebenfalls hacken. Die Schale der Zitrone abreiben. Zanderfilet und Garnelen in möglichst kleine Würfel schneiden und mit Eigelb, eingeweichtem Weißbrot und Frühlingszwiebeln mischen. Mit Salz, Pfeffer, Curry, Senf, Ingwer, Knoblauch, etwas Zitronenabrieb und einem Spritzer Zitronensaft würzen. Mit nassen Händen kleine Pflanzerl daraus formen, in den Weißbrotbröseln wenden und bei mittlerer Hitze in einer Pfanne im Öl auf beiden Seiten goldbraun braten.

Soße: Die Kokosmilch mit dem Fischgewürz erwärmen und etwas abkühlen lassen. Mit der Crème double zu einer sämigen Soße schlagen und salzen.

Salat: Schale der Orange abreiben, etwas Saft auspressen. Essig mit einem Spritzer Orangensaft, Orangenabrieb, Senf und Olivenöl verrühren, die Granatapfelkerne hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Ist Granatapfelsaft vorhanden, kann noch etwas davon zur Vinaigrette gegeben werden. Den Grünkohl waschen, abtropfen lassen und die feinen Blätter von den harten Blattrippen abzupfen. Die Grünkohlblätter in Salzwasser fünf bis sechs Minuten blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden, in Salzwasser ein bis zwei Minuten kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Mango und Avocado schälen und klein schneiden.

Anrichten: Den Grünkohl mit Granatapfelkernen, Avocado und Zwiebeln in der Marinade vermengen und mit den Mangostücken auf Vorspeisentellern anrichten. Die Dippsauce außen herum ziehen und die Pflanzerl darauf setzen.

Tipp: Das Fischgewürz setzt sich aus Chili, Knoblauch, Koriander, Fenchel, Kardamom, Ingwer und Zimt zusammen.

Alfons Schuhbeck am 07. Januar 2011

Gebackener Zander auf Rote-Bete-Soße mit Karotte

Für vier Personen

Karotte:

200 g Karotten	30 g Butter	1 Scheibe Ingwer
1,47 l Geflügelbrühe, fettarm	3 g Gemüsegewürz	1 Prise Chilipulver, mild
1 Blatt Gelatine	3 g Agar Agar	Salz

Rote Bete-Soße:

2 Knollen Rote Bete	1 Schalotte	0,5 Orange, unbehandelt
0,5 Zitrone, unbehandelt	1-2 TL Zucker	150 ml Rote Bete-Saft
2 Scheiben Ingwer	0,25 Rinde Zimt	1 EL Himbeeressig
1 TL Speisestärke	Kümmel, gemahlen	Salz

Ingwer-Joghurt:

100 g Rahmjoghurt	4-6 Tropfen Ingwer-Einlegesaft	Ingwer, frisch
Salz		

Birnenspalten:

1 Birne, reif, fest	1-2 TL Puderzucker	1 EL Butter
---------------------	--------------------	-------------

Gemüse:

4 Minifenchel	1 Bund Minimöhren	1 Rote Bete, klein, gekocht
1 EL Butter, kalt	Salz	

Zander:

8 Zanderfilets, à ca. 70 g	50 g Mehl, doppelgriffig	2 Eier
50 g Weißbrotbrösel	Chilisalz, mild	Öl

Anrichten:

Karottengrün

Karotte:

Die Karotten schälen, in Scheiben schneiden und bei milder Hitze in der Butter glasig anschwitzen. Mit 1300 Milliliter Brühe auffüllen, den geschälten Ingwer dazu geben und leicht köcheln lassen, bis nach 15 bis 20 Minuten die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. Die Karotten mit dem Ingwer in einem Blitzhacker fein pürieren. 170 Milliliter Brühe mit dem Gemüsegewürz und einer Prise Chilipulver erhitzen, einige Minuten ziehen lassen und durch ein Einwegpassiertuch oder ein geruchsfreies Passiertuch filtern. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 170 Gramm Karottenpüree mit der abgeseihten Brühe aufkochen lassen, das Agar Agar einrühren und noch einmal aufkochen lassen. Vom Herd ziehen, die Gelatine ausdrücken, in die heiße Karottenmasse rühren, mit Salz abschmecken, in die vorbereiteten Silikon-Karotten- Formen füllen und abkühlen lassen. (circa 80 Gramm pro Form)

Rote Bete-Soße:

Die Rote Bete schälen, klein schneiden und durch eine Saftzentrifuge pressen. Die Schalotte schälen und vierteln. Jeweils einen halben Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone ausschneiden. In einem Topf bei milder Hitze den Zucker hell karamellisieren lassen. Den frischen Rote Bete-Saft mit dem Rote Bete-Saft aus der Flasche hinzufügen, Schalottenviertel, Ingwer, Zimtrinde, Orangen- und Zitronenschale dazu geben und mit Salz, einer Prise Kümmel und Himbeeressig würzen. Die Speisestärke mit kaltem Wasser glatt rühren, in den kochenden Saft rühren, bis dieser leicht sämig bindet, durch ein Sieb gießen, gegebenenfalls nachwürzen, abkühlen lassen.

Ingwerjoghurt:

Den Joghurt mit einigen Tropfen des frischen Ingwers und Ingwer-Einlegesaft verrühren und salzen.

Birnenspalten:

Die Birne waschen, vierteln, Kernhaus entfernen und in Spalten schneiden. Den Puderzucker in einer Pfanne bei milder Hitze schmelzen lassen. Die Birnenspalten darin auf beiden Seiten anbraten und die Butter hinein schmelzen lassen.

Gemüsegarntur:

Den Fenchel putzen, waschen und längs vierteln. Von den Karotten das Grün bis auf einen Zentimeter stutzen, die Karotten schälen. Fenchel und Karotten in Salzwasser gerade bissfest kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Fenchel und Karotten in ein bis zwei Teelöffel Butter erwärmen und salzen. Die Rote Bete in Spalten schneiden, in einen Teelöffel Butter erwärmen und salzen.

Zander:

Die Zanderfilets mit Chilisalzwürzen, in Mehl, verquirltem Ei und Weißbrotbröseln panieren und in einer Pfanne in fingerbreit Öl auf beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Anrichten:

Den Ingwerjoghurt mit der Rote Bete-Soße mittig auf Tellern verteilen, je eine Karotte darauf legen, mit einigen Zweigen Karottengrün und dem glasierten Gemüse und den karamellisierten Birnenspalten garnieren und je zwei Zanderfiletstücke daneben legen.

Alfons Schuhbeck am 05. Oktober 2012

Gebratene Jakobsmuscheln auf Dattel-Lauch-Salat

Für 2 Personen

6 Jakobsmuscheln	1 kernlose Orange, unbehandelt	1 Zitrone
6 getrocknete Datteln	0,5 Stangen Lauch	1 TL Gewürzmischung
2 TL braune Butter	1 TL scharfer Senf	50 ml Gemüsefond
3 EL mildes Olivenöl	Zucker	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Lauch putzen und in etwa einen halben Zentimeter breite Scheiben schneiden. Die Scheiben in kochendem Salzwasser zwei Minuten blanchieren. Abschließend abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Datteln halbieren. Die Orange großzügig schälen, die Filets zwischen den Trennhäuten mit einem scharfen Messer ausschneiden und dabei den heraustretenden Saft auffangen. Die Muscheln waschen und trocken tupfen. Die braune Butter in einer Pfanne erhitzen und die Muscheln darin bei mittlerer Hitze knapp eine halbe Minute anbraten. Die Muscheln wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und die Muscheln in der Resthitze der Pfanne noch etwa eine Minute ziehen lassen. Die Muscheln aus der Pfanne nehmen und den Bratensatz mit dem Gemüsefond ablöschen. Den Orangensaft und die Gewürzmischung hineinrühren. Die Zitrone auspressen und den Saft zusammen mit dem Senf und dem Olivenöl hineinrühren. Außerdem noch etwas Orangenschale abreiben und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Muscheln wieder zurück in die Pfanne geben und darin nochmals kurz erwärmen, aber nicht kochen lassen. Den Lauch, die Datteln und die Orangenfilets auf einen Teller legen. Die Jakobsmuscheln halbieren und auf den Salat setzen. Das ganze Gericht mit der Soße beträufeln und servieren.

Alfons Schuhbeck am 04. Februar 2011

Gebratener Spargel-Salat mit Lachs-Tatar

Für zwei Personen

250 g Lachsfilet, ohne Haut und Gräten	200 g grüner Spargel	200 g weißer Spargel
150 g Feldsalat	1 unbehandelte Zitrone	1 unbehandelte Limette
1 EL Kapernäpfel	2 EL Sojasauce	100 ml Gemüsefond
2 EL mildes Olivenöl	2 EL mildes Salatöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Für den Spargelsalat vom Spargel die holzigen Enden entfernen, den weißen Spargel schälen und den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen. Anschließend längs halbieren und schräg in etwa drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Den Feldsalat waschen und trocken schleudern. Die Zitronenschale abreiben, anschließend die Zitrone halbieren und etwa zwei Esslöffel Saft auspressen. Den Fond in einer Pfanne erhitzen, die Spargelstücke mit der Zitronenschale einlegen und den Spargel darin bei geringer Hitze circa fünf Minuten gar ziehen lassen. Abschließend den Topf vom Herd nehmen, den Zitronensaft und das milde Salatöl hinein geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Zitronenschale entfernen. Für das Tatar die Limettenschale abreiben, anschließend halbieren und den Saft auspressen. Den Lachs waschen, trocken tupfen und mit einem scharfen Messer in möglichst kleine Würfel schneiden. Anschließend mit Olivenöl vermengen, einige Tropfen Sojasauce dazugeben, salzen und pfeffern und zuletzt den Limettensaft mit dem Limettenabrieb hinzufügen. Einen Plätzchenausstecher auf einen flachen, kalten Teller setzen, die Hälfte des Lachs darin verteilen und glatt streichen. Den Ring vorsichtig abziehen und das übrige Tatar auf die gleiche Weise anrichten. Den Spargelsalat um das Tatar herum verteilen und mit dem Feldsalat garnieren.

Alfons Schuhbeck am 28. April 2011

Lachs mit Salat von Äpfeln, Radieserl und Avocados

Für vier Personen

Marinierter Lachs:

3 Limetten, unbehandelt	80 ml Gemüsebrühe	3-4 EL Sojasoße, hell
5 EL Pflanzenöl	1-2 EL Sesamöl	1 Schote Chili
700 g Lachs	200 ml Joghurt, cremig	Zucker
Salz		

Salat:

2 Avocados	1 Apfel	1 Grapefruit
0,5 Bund Radieschen	3 Limetten, unbehandelt	6 EL Olivenöl
Chilisalز	Zucker	

Tramezziniwürfel:

2 Scheiben Tramezzinibrot	1-2 EL Butter
---------------------------	---------------

Anrichten:

Kaviar, gepresst	Dillzweige
------------------	------------

Marinierter Lachs:

Vier Esslöffel Saft aus den Limetten auspressen und einen Teelöffel Schale abreiben. Die Brühe mit Limettensaft, Sojasoße und etwas Zucker in einem Mixbecher aufmixen. Das Öl nach und nach untermixen und mit Limettenabrieb und der klein geschnittenen Chilischote verrühren. Bei Bedarf mit Salz und Zucker nachwürzen. Den Lachs in dünne Scheiben schneiden. Den Joghurt mit einem bis zwei Esslöffeln der Sojamarinade verrühren, mit Salz und Zucker verfeinern.

Salat:

Die Avocados halbieren, entkernen, aus der Schale lösen und in einen halben Zentimeter dicke Würfel schneiden. Den Apfel vierteln, entkernen und in einen halben Zentimeter dicke Würfel schneiden. Die Grapefruit schälen und die Filets auslösen. Die Radieschen putzen und vierteln. Vier Esslöffel Saft der Limetten auspressen und etwa eine Messerspitze Schale abreiben und mit Olivenöl, Zucker und Chilisalز verrühren. Damit die Avocados, Grapefruit, Apfelwürfel und Radieschen marinieren.

Tramezziniwürfel:

Das Tramezzinibrot in Würfel schneiden, in einer Pfanne bei milder Hitze goldbraun rösten und dann erst die Butter zugeben.

Anrichten:

Auf einer großen Platte einige Löffel Sojamarinade geben, den Lachs fächerartig darauf legen und mit der restlichen Marinade beträufeln. Den Avocado-Apfelsalat mit den Radieschen darauf verteilen, die Tramezziniwürfel darüber streuen und mit dem Joghurdip beträufeln. Zum Schluss den Bottarga darüber reiben und mit Dillzweigen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 07. Dezember 2012

Langostinos mit Mango, Spargel und Minz-Limetten-Joghurt

Für 4 Personen

Langostinos:

20 Langostinos	0,5 TL Kümmel, ganz	1 Packung Kataifiteig
Pflanzenöl	Chilisalز	Salz

Mango und Spargel:

0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt	1 Zehe Knoblauch
1 Mango, reif	1 Bund Spargel, grün	50 ml Gemüsebrühe
2 EL Butter, braun	2 Scheiben Ingwer	Chilisalز
Salz		

Minz-Limettenjoghurt:

0,5 Limette, unbehandelt	150 g Joghurt, griechisch	Minzeblätter
Chilisalز	Zucker	

Langostinos:

Die Langostinos mit dem Kümmel für ein bis zwei Minuten in kochendes Salzwasser geben und in kaltem Wasser abschrecken. Die Langostinoschwänze und –scheren vom Körper trennen. Die Schwänze schälen und den Darm entfernen. Die Langostinoschwänze mit Chilisalز würzen und mit angefeuchteten Kataifiteigfäden einwickeln. Im Öl bei etwa 160 Grad goldbraun ausbacken. Nach Bedarf mit Salz würzen.

Mango und Spargel:

Von der Zitrone und der Orange etwa eine Messerspitze Schale abreiben. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Die Mango schälen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Hilfe eines Ausstechers sechs bis acht Zentimeter große Scheiben ausstechen. Den Spargel im unteren Drittel schälen, schräg in vier Zentimeter breite Stücke schneiden und in reichlich Salzwasser blanchieren. In kaltem Wasser (Eiswasser) abschrecken. Den Spargel in der Gemüsebrühe erwärmen, die braune Butter, Zitronen- und Orangenabrieb, Knoblauch und Ingwer zugeben, mit Chilisalز abschmecken.

Minz-Limettenjoghurt:

Von der Limette etwa eine Messerspitze Schale abreiben und einen Teelöffel Saft auspressen. Den Joghurt mit Limettensaft, Limettenabrieb und etwa zwei bis drei Teelöffeln frisch geschnittenen Minzeblättern vermischen und mit Chilisalز und einer Prise Zucker würzen.

Anrichten:

Die Mangoscheiben auf den Tellern verteilen, den Spargel, die Langostinos und den Minz-Limettenjoghurt darauf anrichten.

Alfons Schuhbeck am 17. Juni 2011

Lauwarmer Salat, Krebschwänze, Gewürz-Kräuter-Butter

Für vier Personen

Salat:

0,5 Bund Spargel, grün	2 Bund Minikarotten	1 Kohlrabi
80 g Zuckerschoten	2 kl. Rote Bete, geschält	1 – 2 TL Puderzucker
1 Zehe Knoblauch	2 Scheiben Ingwer	0,25 Schote Vanille
5 Kapseln Kardamom	80 ml Gemüsebrühe	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 TL Dijonsenf	3 EL Olivenöl, mild	Chilisalz, mild, Salz

Krebschwänze:

150 g Krebschwänze	5 EL Gemüsebrühe	1 Zehe Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	1 TL Café de Paris	1 EL Butter
1 TL Butter, braun	1 EL Frühlingskräuter, gehackt	Chilisalz, mild

Schnittlauchsahne:

1 Bund Schnittlauch	1 EL Gemüsebrühe	100 g Sahne
Chilisalz, mild		

Anrichten:

2 Handvoll Friséesalatblättchen	1 EL Dillspitzen	Blüten
---------------------------------	------------------	--------

Salat: Den Spargel im unteren Drittel schälen und das holzige Ende entfernen. Die Stangen schräg in drei bis vier Zentimeter lange Stücke schneiden. Von den Karotten das Grün bis auf einen Zentimeter kürzen, die Karotten schälen. Den Kohlrabi schälen, die holzigen Teile abschneiden, in Spalten schneiden und diese formschön zuschneiden. Von den Erbsenschoten die Enden abschneiden, schräg halbieren, in Salzwasser zwei Minuten bissfest kochen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Rote Bete in Spalten schneiden, einmal kurz in Salzwasser aufkochen und abtropfen lassen. Etwa einen bis zwei Esslöffel Saft der Zitrone auspressen und eine Messerspitze Zitronenschale abreiben. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. In einer Schmorpfanne den Puderzucker hell karamellisieren. Spargel, Karotten und Kohlrabi mit Knoblauch, Ingwer, angedrückten Kardamomkapseln und ausgekratzer Vanilleschote dazu geben, darin farblos anschwitzen, die Brühe angießen, einen Deckel aufsetzen und das Gemüse darin fast weich garen. Auf ein Sieb gießen und den Sud auffangen. Zitronensaft, Senf, Zitronenabrieb und Olivenöl hinein mixen und mit Chilisalz würzen. Das gedünstete Gemüse mit Zuckerschoten und Rote Bete-Spalten damit marinieren.

Krebschwänze: Die Krebschwänze in einem Sieb unter fließend kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne die Brühe mit Café de Paris erwärmen. Die Krebschwänze mit Knoblauch und Ingwer darin erhitzen, Butter, braune Butter und Kräuter dazugeben und noch kurz darin ziehen lassen. Mit mildem Chilisalz würzen.

Schnittlauchsahne: Den Schnittlauch putzen, in feine Röllchen schneiden und einen Esslöffel davon abnehmen. Den übrigen Schnittlauch fein pürieren und dabei nur so viel Flüssigkeit hinzugeben wie unbedingt notwendig. Die Sahne mit einem Esslöffel Schnittlauchpaste verrühren, die Schnittlauchröllchen darunterziehen und mit Chilisalz würzen. (Übrige Schnittlauchpaste kann eingefroren werden.)

Anrichten: Den Frühlingsgemüsesalat auf angewärmten Tellern verteilen, die Krebschwänze darauf anrichten und mit Friséesalat, Dill und Blüten garnieren.

Alfons Schuhbeck am 16. März 2012

Piroggen auf Kopfsalat mit Dill

Für 2 Personen

100 g Schweinehackfleisch	100 g Kalbshackfleisch	100 g durchwachsener Speck
500 g doppelgriffiges Mehl	100 g kleine Pfifferlinge	1 Kopfsalat
4 Radieschen	1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	3 Zweige Blattpetersilie	4 Zweige Dill
3 TL Dijonsenf	1 Prise getrockneter Majoran	1 Prise Zucker
5 EL Butter	2 Eier	50 ml Gemüsebrühe
2 EL Weißweinessig	Speiseöl	Mehl, Grieß
Salz, schwarzer Pfeffer		

Für den Teig der Piroggen das Mehl mit einem Ei, drei Esslöffeln Öl, einem Teelöffel Salz sowie 220 Millilitern lauwarmem Wasser zu einem glatten Teig verkneten, in Klarsichtfolie wickeln und mindestens 30 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen. Für die Füllung den Speck in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und klein würfeln. Beides in einer Pfanne bei niedriger Hitze in Öl anbraten, das Hackfleisch hinzugeben und anbraten. Die Knoblauchzehe ebenfalls abziehen und fein reiben. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Zitrone gründlich waschen, halbieren und etwas Schale abreiben. Nun den Knoblauch, die Petersilie und den Zitronenabrieb zum Hackfleisch hinzufügen, mit Pfeffer und Majoran würzen und etwas abkühlen lassen bevor zwei Teelöffel des Dijonsenfs untergerührt werden können. Den vorbereiteten Teig vierteln und nach und nach ein bis zwei Millimeter dick ausrollen, dabei wenig Mehl verwenden, so dass der Teig etwas an der Arbeitsfläche klebt. Ihn dabei hin und wieder von der Arbeitsfläche abnehmen. Anschließend Kreise von circa acht Zentimetern ausstechen, ein Ei verquirlen und eine Teighälfte mit verquirltem Ei einpinseln. In die Mitte der Teighälften etwas Hackmasse geben und den Teig darüber zusammenkleben. Nach Belieben die Ränder mit einer Gabel etwas andrücken. Die Piroggen bis zum Kochen auf mit Grieß bestreute Tablett legen. Nun die Pfifferlinge putzen und gegebenenfalls zerkleinern. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pfifferlinge darin anschwitzen. Kurz beiseite stellen. Die Teigtaschen in Salzwasser circa sechs bis sieben Minuten kochen, aus dem Wasser nehmen, zu den Pfifferlingen in die Pfanne geben und darin wenden. Den Kopfsalat putzen, zupfen, waschen und trocken schleudern. Die Radieschen putzen, waschen und in Scheiben hobeln. Den Kopfsalat und die Radieschen in einer Schüssel vermischen. Für das Dressing die Brühe mit einem Teelöffel Senf und zwei Esslöffeln Essig in einen Mixbecher geben, mit Salz, Pfeffer und dem Zucker würzen und mit drei Esslöffeln Öl verrühren. Den Dill waschen, entstielen und fein schneiden. Anschließend der Salatsoße beifügen und gegebenenfalls nachwürzen. Das Dressing kurz vor dem Servieren mit dem Salat vermischen. Den Salat nun auf lauwarmen Tellern anrichten und die Teigtaschen anlegen. Mit Dillspitzen garnieren und servieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Juni 2012

Reh-Rücken auf Sellerie, Birne und Pfifferlinge

Für 4 Personen

Rehrücken:

500 g Rehrücken, ausgelöst	1 EL Öl	4 EL Butter
2 TL Gewürze, orientalisches	Salz	

Dressing:

80 ml Gemüsebrühe	2 EL Weißweinessig	1 TL Senf, scharf
5 EL Olivenöl, mild	Pfeffer	Zucker
Salz		

Sellerie:

1 Knolle Sellerie, mittelgroß	1 l Gemüsebrühe
-------------------------------	-----------------

Pfifferlinge:

0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt	200 g Pfifferlinge, klein, fest
1 EL Butter, braun	0,25 Bund Petersilie	1 EL Butter
Chilisalz		

Birne:

1 Birne, reif	1 TL Puderzucker	0,5 Schote Vanille
0,5 Stange Zimt	1 EL Butter	

Anrichten:

Salatblätter	Walnüsse
--------------	----------

Den Backofen auf 80 bis 90 Grad vorheizen.

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

Dressing: Brühe mit Essig, Senf und Olivenöl zusammen mixen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Sellerie: Von einer Sellerieknolle vier große, dünne Scheiben abschneiden, schälen, in Gemüsebrühe in acht bis zehn Minuten weich ziehen lassen und etwas auskühlen lassen. In der Marinade einlegen und bis zum Gebrauch zugedeckt kalt stellen. Die Gemüsebrühe kann zum Kochen von anderen Gerichten weiter verwendet werden.

Pfifferlinge: Von der Orange und Zitrone etwas Schale abreiben. Die Pilze bei mittlerer Hitze in der braunen Butter etwa zwei bis drei Minuten anbraten. Dann mit Chilisalz, geschnittener Petersilie und Zitronen- und Orangenabrieb würzen, die Butter einschmelzen lassen.

Birne: Die Birne vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in schmale Spalten schneiden. In einer Pfanne den Puderzucker schmelzen lassen und die Birnenspalten darin anbraten. Vanilleschote und Zimtstange zugeben und die Butter einschmelzen lassen.

Anrichten: Die Selleriescheiben auf den Tellern verteilen, den Rehrücken in Scheiben schneiden und darauf legen. Die Pfifferlinge und Birnenspalten darauf anrichten und mit Salatblättern und Walnüssen garnieren.

Tipp: Wer es etwas frischer mag, kann dazu noch einen Joghurt-Dipp reichen.

Alfons Schuhbeck am 14. Oktober 2011

Rote-Bete-Carpaccio mit Orangen-Blüten-Creme und Kabeljau

Für 2 Personen

150 g Kabeljaufilet	1 Blatt Yufka bzw. Filoteig	200 g vorgekochte Rote Bete
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehe	1 unbehandelte Orange
1 unbehandelte Zitrone	1/2 TL Speisestärke	20 g Ingwer
75 g Crème-fraîche	1/2 TL Orangenblütenwasser	150 ml Gemüsefond
1 TL saurer Granatapfelsirup	1/2 TL süßer Granatapfelsirup	2 EL Rotweinessig
1 Prise gemahlener Kümmel	1 Prise gemahlener Koriander	1 Prise Cayennepfeffer
1 TL grob gehackte Pistazien	Zucker	1 EL mildes Salatöl
1 TL mildes Olivenöl	Pflanzenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Ingwer schälen und zwei Scheiben abschneiden. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Für die Marinade den Fond in einem Topf aufkochen lassen, die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in den kochenden Fond einrühren und etwa zwei Minuten leicht köcheln lassen. Anschließend vom Herd nehmen, den Knoblauch und den Ingwer hinzufügen, mit dem Kümmel und dem Koriander würzen und das Ganze etwa fünf bis zehn Minuten ziehen lassen. Danach beide Sorten Granatapfelsirup, den Essig und das milde Salatöl hinein rühren und mit Salz, Zucker und Pfeffer kräftig würzen. Die Rote Bete in drei Millimeter dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebel halbieren, eine Hälfte schälen und in breite Spalten schneiden. Die Rote-Bete-Scheiben und die Zwiebelspalten in eine Auflaufform geben und vorsichtig mit der Marinade mischen. Für die Orangenblütencreme die Orangenschale abreiben und die Zitronen halbieren und auspressen. Die Crème fraîche mit dem Orangenblütenwasser, einem Teelöffel Orangenabrieb und Olivenöl glatt rühren und anschließend mit ein paar Tropfen Zitronensaft, Salz, Zucker und Cayennepfeffer abschmecken. Das Kabeljaufilet waschen, trocken tupfen, in vier längliche Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Filoteig in vier circa 12 x 15 Zentimeter große Blätter schneiden und jeweils ein Fischstück darin einwickeln. Pflanzenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und den Fisch darin rundherum etwa vier Minuten anbraten. Anschließend herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Orangencreme in ein Gefrierbeutel füllen, eine Spitze abschneiden und damit die Crème auf die Teller geben. Die Rote-Bete-Scheiben mit dem Fischpäckchen auf Tellern anrichten und mit den Pistazien und der Crème garnieren.

Alfons Schuhbeck am 25. November 2011

Shakshuka

Für 4 Personen

Couscous:

50 g Couscous, libanesisch	1 Lorbeerblatt	50 ml Gemüsebrühe
1 TL Couscousgewürz	1 EL Olivenöl, mild	Salz

Shakshuka:

2 Zwiebeln	1 Schote Paprika, rot	1 Schote Paprika, gelb
0,5 Zucchini, gelb	0,5 Zucchini, grün	6 Tomaten, vollreif
150 ml Gemüsebrühe	150 g Tomaten, stückig (Dose)	0,5 Orange, unbehandelt
0,5 Zitrone, unbehandelt	2 Zehen Knoblauch	2 Scheiben Ingwer
1 EL Baharat	1 Zweig Petersilie	0,5 TL Dillspitzen, frisch
1 – 2 EL Olivenöl, mild	Salz	

Spiegeleier:

12 Wachteleier	1 – 2 TL Butter	Salz
----------------	-----------------	------

Anrichten:

150 g Schafskäse

Couscous: Den Couscous mit dem Lorbeerblatt in Salzwasser circa 45 Minuten weich kochen, auf einem Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen. Die Brühe mit Couscousgewürz erwärmen, den gekochten Couscous dazu geben, erhitzen und das Olivenöl dazu geben.

Shakshuka: Die Zwiebeln schälen und in eineinhalb Zentimeter große Rauten schneiden. Die Paprikaschoten entstrunken, entkernen, mit einem Sparschäler schälen und in eineinhalb Zentimeter große Rauten schneiden. Die Zucchini waschen, trocken tupfen, längs vierteln und die Kerne herausschneiden. Die Zucchini viertel schräg in Rauten schneiden. Die Tomaten entstrunken, an der Oberseite über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, abschrecken, enthäuten, vierteln, entkernen und die Tomatenfilets vierteln. Die Kerne mit einem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb passieren, die Kerne entfernen. Jeweils einen halben Teelöffel Schale der Orange und der Zitrone abreiben. Die Knoblauchzehen in Scheiben schneiden. Paprika und Zwiebeln in 50 Milliliter Gemüsebrühe fünf Minuten bei milder Hitze andünsten, bis das Gemüse fast weich ist. Dabei gegebenenfalls noch etwas Brühe nachgießen. Die Zucchinihauten dazu geben. Die Dosentomaten mit dem Tomatenfond aus den Kernen dazu geben. Knoblauch und Ingwer hinein geben und die übrige Brühe angießen. Einmal aufkochen und acht bis zehn Minuten am Siedepunkt ziehen lassen. Zum Schluss die Tomatenfiletstücke mit dem libanesischen Couscous dazu geben, mit Salz und Baharat würzen und noch einige Minuten ziehen lassen. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Kurz vor dem Servieren Frühlingszwiebeln, Petersilie, Dill, Olivenöl, Zitronen- und Orangenabrieb in das Gericht rühren und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen.

Spiegeleier: Die Schale der Wachteleier mit einem Sägemesser vorsichtig in der Mitte ansägen und alle in eine Schüssel geben. Eine große Pfanne bei sanfter Temperatur erwärmen. Die Butter mit einem Pinsel darin verteilen und salzen. Die Eier vorsichtig aus der Schüssel hinein gießen, darauf achten, dass sie sich gut verteilen und darin bei sanfter Hitze einige Minuten stocken lassen

Anrichten: Den Schafskäse in Würfel schneiden und in den warmen Tellern verteilen. Das Shakshuka darauf verteilen und je drei Wachtelspiegeleier darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 28. Oktober 2011

Vitello tonnato

Für 4 Personen

Gemüse:

1 Aubergine	1 Knolle Fenchel	1 Zucchini, gelb
1 Zucchini, grün	1 Schote Paprika, gelb	1 Schote Paprika, rot
1 Zwiebel	1 Glas Steinpilze, eingelegt	0,5 Zitrone
2 EL Olivenöl, mild	1 Granatapfel	200 g Walnüsse
200 g Pistazien	Chiliflocken, mild	Zucker
Pfeffer	Salz	

Kalbsrücken:

500 g Kalbsrücken	1 EL Öl	Pfeffer
Salz		

Soße:

0,5 Zitrone, unbehandelt	150 g Thunfisch, eingelegt	1 EL Kapern, eingelegt, klein
4 Sardellenfilets, eingelegt	40 ml Gemüsebrühe	100 g Crème-fraîche
1 EL Joghurt	2 EL Olivenöl, mild	Pfeffer, schwarz
Chili, mild	Zucker	Salz

Gemüse:

Die Aubergine waschen, putzen und längs vierteln. Anschließend in einen halben Zentimeter dicke Stücke schneiden. Den Fenchel putzen und in drei bis fünf Millimeter dicke Scheiben schneiden. Die beiden Zucchini putzen, waschen, längs halbieren und schräg in einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Paprikaschoten waschen, entstrunken, entkernen und in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und in einen halben Zentimeter große Blätter schneiden. Die Steinpilze putzen. Die Gemüsesorten nach und nach in einer Pfanne in wenig Öl anbraten und in eine Schüssel geben. Etwa zwei Esslöffel Saft der Zitrone auspressen. Die Steinpilze dazu geben und Zitronensaft sowie das Olivenöl untermischen. Mit Salz, Pfeffer, Chili und Zucker würzen. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Kalbsrücken:

In die mittlere Einschubleiste des Backofens ein Ofengitter schieben und darunter ein Abtropfblech stellen. Den Kalbsrücken in einer heißen Pfanne im Öl rundherum anbraten. Auf das Gitter legen und darin in etwa eineinhalb Stunden rosa garen.

Soße:

Einen Esslöffel Saft und eine Messerspitze Schale der Zitrone abreiben. Den Thunfisch mit Kapern, Sardellen, Brühe, Crème-fraîche, Joghurt, Olivenöl und Zitronensaft in einem Mixer zu einer sämigen Soße pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Chili, einer Prise Zucker und Zitronenabrieb würzen.

Anrichten:

Den Kalbsrücken in dünne Scheiben schneiden, leicht überlappend auf flache Teller legen, leicht salzen und pfeffern. In der Mitte reichlich Thunfischsoße verteilen, so dass noch etwas Rand frei bleibt. Das marinierte Gemüse rundherum verteilen und mit einigen Granatapfelkernen, Walnüssen und Pistazienkernen ausgarnieren.

Tipp:

Nach Wunsch mit essbaren Blüten dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 13. Januar 2012

Zweierlei vom Tatar

Für 4 Personen

Rindertatar:

500 g Rindfleisch, mager	1 Schalotte	3 Sardellenfilets, eingelegt
1 Essiggurke, klein	1 – 2 TL Kapern	1 – 2 TL Ingwer, eingelegt
2 EL Olivenöl, mild	1 EL Tomatenketchup	1 TL Sojasoße
1 EL Essiggurkenwasser	1 TL Senf, scharf	1 Msp. Kurkuma, gemahlen
1 Msp. Paprikapulver, edelsüß	4 Wachteleier	4 Cocktailtomaten
8 Kapernäpfel	Pfeffer	Chiliflocken, mild
Zucker	Salz	

Vinaigrette:

80 ml Gemüsebrühe	2 EL Weißweinessig	0,5 TL Senf, scharf
3 EL Olivenöl, mild	200 g Salatblätter, gemischt	Petersilienblätter, klein
Pfeffer	Salz	Zucker

Variante mit Kartoffelwürfeln:

1 Kartoffel, mittelgroß	1 Lorbeerblatt	1 Schote Chili, rot
1 EL Butter, braun	Chilisalز, mild	Salz

Tamarindensoße:

1 EL Speisestärke, ca. 15 g	375 ml Wasser	1 Schote Chili, rot
50 g Zucker	1 TL Salz	3 EL Weißweinessig
1 TL Tomatenmark	0,5 Zehe Knoblauch	0,5 TL Ingwer
1 Limette, unbehandelt	0,25 Bund Koriander	1 TL Tamarindenpaste
4 EL Sojasoße, hell		

Asiatisches Tatar:

500 g Rindfleisch, mager	1 Schalotte	2 EL Ingwer, eingelegt
1 EL Koriandergrün, gehackt	2 EL Sojasoße	1 Msp. Wasabi
0,5 TL Dijonsenf	0,5 TL Tamarindenpaste	1 TL Tomatenketchup
1 EL Sesamöl	Nori-Algenblätter	Knoblauchkresse
Ingwer, eingelegt	Chilisalز, mild	Zucker
Salz		

Rindertatar mit Sardellen und Wachteleiern:

Das Rindfleisch in Würfel schneiden. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen und durch den Fleischwolf drehen oder mit einem Messer in sehr feine Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Die Schalottenwürfel in einem Topf in kochendem Salzwasser zwei Minuten blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Sardellenfilets trocken tupfen und mit der Essiggurke, den Kapern und dem Ingwer fein hacken. Alles mit dem Rinderhackfleisch, den Schalottenwürfeln, Olivenöl, dem Ketchup, Sojasoße, Gurkenwasser, Senf, einer Prise Chiliflocken, Kurkuma und Paprikapulver mischen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Das Rindertatar zugedeckt kühl stellen. Die Wachteleier in kochendem Wasser knapp drei Minuten garen, kalt abschrecken, pellen und halbieren. Die Cocktailtomaten waschen und ebenso wie die Kapernäpfel halbieren.

Vinaigrette:

Die Brühe mit dem Essig und dem Senf verrühren. Das Olivenöl langsam unterschlagen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Die Salatblätter mit den Petersilienblättern putzen, waschen und trocken schleudern. Zum Servieren einen Metallring (etwa zehn Zentimeter Durchmesser) jeweils auf einen Teller setzen. Das Tatar nochmals würzen, ein Viertel der Hackfleischmasse in den Ring füllen, glatt streichen und den Ring abziehen. Die Salatblättchen in der Marinade wenden, mit den Wachteleiern, den Cocktailtomaten und den Kapernäpfeln auf

dem Tatar anrichten. Die restliche Vinaigrette um das Tatar herumträufeln und das Tatar mit Pfeffer bestreuen.

Variante mit gebratenen Kartoffelwürfeln: Die Kartoffel schälen und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. In Salzwasser mit Lorbeer und Chili weich kochen, auf einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Die Gewürze entfernen. Die Kartoffelwürfel in einer Pfanne bei mittlerer Hitze in der braunen Butter anbraten und mit Chilisalz würzen. Über das Gericht streuen.

Tamarindensoße:

Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Die Chilischote entstrunken, längs halbieren und entkernen. Den Samenstrang ebenfalls entfernen und in kleine Würfel schneiden. Das übrige Wasser mit Chili, Zucker, Salz, Essig, Tomatenmark, fein gehacktem Knoblauch und Ingwer aufkochen lassen. Die Stärkemehlmischung hinein rühren und unter Rühren knapp zwei Minuten leise köcheln lassen. Mit einem Stabmixer kräftig durchmischen. Etwa einen Teelöffel Schale der Limone abreiben. Die Korianderblätter fein hacken. Tamarindenpaste, Sojasoße, Limettenabrieb und Koriandergrün hinein rühren. Die Soße sollte einige Stunden kalt gestellt werden, damit sie gut durchzieht. Übrige Soße kann im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Asiatisches Tatar:

Das Rindfleisch in Würfel schneiden, mit Salz und einer Prise Zucker würzen und durch den Fleischwolf drehen oder mit einem Messer in sehr kleine Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Die Schalottenwürfel in einem Topf in kochendem Salzwasser zwei Minuten blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Ingwer fein hacken. Das Rindfleisch mit Schalotten, Ingwer, Koriandergrün, Sojasoße, Wasabi, Senf, Tamarindenpaste, Ketchup und Sesamöl vermischen und mit Chilisalz abschmecken. Zu zwei Zentimeter dicken und fünf Zentimeter langen Röllchen formen und in Nori-Algenblätter einwickeln. Die Tatarröllchen auf Tellern anrichten, die Tamarindensoße außen herum träufeln und mit Knoblauchkresse und eingelegtem Ingwer garnieren.

Alfons Schuhbeck am 03. Februar 2012

Wild

Australian Barbecue

Für vier Personen

Ketchup:

1 Zwiebel, mittelgroß	750 g Tomatenstücke	25 g Tomatenmark
20 g Zucker, braun	0,5 Stange Zimt, klein	1 Lorbeerblatt
1 TL Senfkörner, gelb	2 Scheiben Ingwer	3 Kardamomkapseln
1 Gewürznelken	0,5 TL Koriander	7 g Puderzucker
100 ml Weißweinessig	2 TL Rosenwasser	2 TL Salz, 12 g
1 TL Curry, mild	0,5 TL Piment, gemahlen	1 – 2 EL Weißweinessig
Ananassaft, Mangosaft	Chilipulver, mild	

Senfketchup:

1 EL Senf, süß	1 EL Senf, scharf	6 EL Tomatenketchup
0,5 TL Wattleseed-Samen		

Ingwermayonnaise:

1 Ei	0,5 TL Dijonsenf	1 EL Einlegesaft vom Ingwer
150 ml Speiseöl, neutral	2 EL Ingwer, eingelegt	0,5 TL Knoblauch, gerieben
0,5 TL Ingwer, gerieben	1 – 2 EL Pistazien, gehackt	1 – 2 EL Macadamianüsse, gehackt
Chilisalzt, mild		

Mango-Chili-Dip:

2 Mangos, vollreif	1 TL Ingwer, klein gehackt	1 TL Ingwer, kandiert
1 Lauchzwiebel	1 EL Olivenöl, mild	Chili, mild, Salz

Avocadospalten:

40 g Cornflakes	0,5 TL Zatar	1 Avocado, reif, fest
1 EL Öl	Zitronensaft	

Fleisch:

4 Rinderrückensteaks, 150 g	4 Straußenfiletstücke, 150 g	1 EL Öl
50 g Butter	Knoblauchscheiben	Ingwerscheiben
Zitruschalentstreifen	Rosmarin	Murray Riversalt
Tasmanischer Pfeffer	Buschtomaten, getrocknet	

Ketchup::

Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und mit den Tomaten, Tomatenmark, braunem Zucker, Zimt, Lorbeerblatt und Senfkörner in einen Topf geben. Ingwer, Kardamom, Nelke und Koriander in einen Einwegteebeutel geben, verschließen und ebenfalls in den Topf geben. Bei kleiner Hitze etwa 30 Minuten köcheln lassen. Währenddessen in einer Pfanne den Puderzucker zu einem hellen Karamell schmelzen, mit dem Essig ablöschen und auf gut die Hälfte einköcheln lassen. Das Tomatenmus mit einem Stabmixer pürieren. Mit der Essigreduktion, Rosenwasser, Salz, Curry, Chili, Piment und etwas frischem Essig abschmecken. Nach Belieben noch etwas Ananassaft und Mangosaft dazu geben und abkühlen lassen.

Senfketchup:

Je einen Esslöffel süßen und scharfen Senf mit zehn Esslöffeln des selbst gekochten Ketchups und dem vorgefertigten Ketchup vermischen. Mit gemahlene Wattleseed-Samen würzen. Den übrigen selbst gekochten Ketchup anderweitig verwenden.

Ingwermayonnaise:

Eigelb mit Senf und Ingwersaft in einen Mixbecher geben und mit Chilisalzt würzen. Das Öl mit einem Stabmixer nach und nach unterrühren. Den Ingwer klein hacken mit dem fein geriebenen Knoblauch, geriebenem Ingwer, gehackten Pistazien und Macadamianüssen unterrühren. Gegebenenfalls noch etwas nachwürzen.

Mango-Chili-Dip:

Das Mangofleisch vom Kern schneiden, die Schale mit einem Messer abschneiden und die Frucht in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. Die Hälfte davon mit einem Stabmixer pürieren und mit den Würfeln vermischen. Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Mit beiden Ingwersorten und dem Olivenöl unter die Mango mischen. Mit Salz und Chili würzen.

Avocadospalten:

Die Cornflakes mit einem Rollholz zerbröseln und mit Zatar vermischen. Die Avokado halbieren, entkernen, schälen und in Spalten schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, in den Bröseln wenden und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl auf beiden Seiten anbräunen. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Fleisch:

In die mittlere Schiene des Backofens ein Ofengitter und darunter ein Abtropfblech schieben. Die Rinderrückensteaks und Straußenfilets in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Hitze rundherum anbraten, auf das Gitter legen und circa 30 Minuten rosa durchziehen lassen. In einer Pfanne die Butter erwärmen, die Gewürze hinein geben, darin einige Minuten ziehen lassen, mit Murray Riversalt und Tasmanischem Pfeffer aus der Mühle würzen und das gebratene Fleisch darin wenden. Die Steaks auf warme Teller legen, die Dips in Schälchen füllen, außen herum stellen und die Buschtomaten aus der Mühle darüber mahlen. Wahlweise mit beliebigen Kressearten dekorieren.

Tipp:

Nach Belieben können die Steaks nach dem Braten auch hervorragend in Sweet Chilisoße gewendet werden.

Alfons Schuhbeck am 10. August 2012

Reh-Brezen-Gröstel mit Trompetenpilzen und Rosenkohl

Für 4 Personen

Soße:

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

Gröstel:

2 Laugenstangen	6 – 7 EL Butter	2 Handvoll Trompetenpilze
120 g Rosenkohl	500 g Rehrücken, ausgelöst	1 EL Butter, braun
0,5 Apfel	0,5 Birne	1 Handvoll Trauben, weiß, klein
1 TL Puderzucker	Wildgewürz	Chilisalz, mild
Salz		

Soße:

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.

Gröstel:

Die Laugenstangen in einen Zentimeter große Würfel schneiden und in zwei bis drei Esslöffel Butter bei milder Hitze goldbraun anbräunen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Trompetenpilze gründlich waschen, gut abtropfen lassen und zerkleinern. Den Rosenkohl in einzelne Blätter teilen, in Salzwasser ein bis zwei Minuten blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Trompetenpilze in einer Pfanne in einem Esslöffel Butter anschwitzen, die Rosenkohlblätter dazu geben und mit Chilisalz würzen. Den Rehrücken in etwa zwei Zentimeter große Stücke schneiden. In einer großen Pfanne portionsweise in der braunen Butter rundherum anbraten und aus der Pfanne nehmen. Anschließend die angebratenen Fleischstücke wieder in die Pfanne geben, einen Esslöffel Butter hinzufügen und mit Wildgewürz würzen. Apfel und Birne waschen, vierteln, Kernhaus entfernen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, Apfel- und Birnenspalten darin anbraten und einen Esslöffel Butter hinein schmelzen lassen. Die Trauben waschen, abtropfen, hinzufügen und darin erwärmen.

Anrichten:

Die Soße auf Tellern verteilen, die Rehfleischwürfel darauf anrichten, die Brezencroutons dazwischen stecken und mit Trompetenpilzen, Rosenkohl, Apfelspalten, Birnenspalten und Trauben garnieren.

Alfons Schuhbeck am 21. Oktober 2011

Reh-Rücken auf orientalischem Milch-Reis, Mandel-Wirsing

Für vier Personen

Milchreis:

0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt	400 ml Milch
100 g Risottoreis	10 Kardamomkapseln, grün	2 Scheiben Ingwer
0,5 Schote Vanille	1 Splitter Zimtrinde	50 g Zucker
1 Prise Kaffeegewürz	2 EL Sahne, geschlagen	1 TL Berberitzen, getrocknet
1 TL Pistazien, gehackt	1 TL Aprikosen, getrocknet	1 TL Mandelblättchen, geröstet
Salz		

Rehrücken:

1 EL Öl	500 g Rehrücken, ausgelöst	1 EL Butter
1 TL Wildgewürz	Pfeffer	Salz

Rahmwirsing:

1 Kopf Wirsing	200 g Sahne	3 EL Butter, kalt
2 EL Butter, braun	2-3 EL Mandelblättchen, geröstet	1 EL Sahnemeerrettich
Chilisalز	Muskatnuss	Salz

Wildsoße:

1 TL Puderzucker	100 ml Portwein, rot	100 ml Rotwein
100 ml Wildfond	100 g Butter, sehr kalt	0,5 Zitrone, unbehandelt
Wildgewürz	Pfeffer, Salz	

Milchreis:

Jeweils einen Streifen Schale aus der Zitrone und der Orange herausschneiden. Die Milch mit dem Risottoreis aufkochen, nach zehn Minuten Kardamom, Ingwer, Vanille, Zimtrinde und jeweils einen Streifen Zitronen- und Orangenschale hinzugeben. Den Milchreis in etwa 20 bis 30 Minuten ausquellen lassen. Dabei hin und wieder umrühren. Dann den Zucker zugeben und mit Salz würzen. Zum Schluss die getrockneten Früchte und Nüsse untermischen und mit arabischem Kaffeegewürz abschmecken und der geschlagenen Sahne verfeinern. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Rehrücken: Ein Ofengitter auf die mittlere Schiene und darunter ein Abtropfblech schieben. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rehrückenfilets darin bei mittlerer Hitze rundherum anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und im Ofen auf dem Ofengitter etwa 50 Minuten rosa durchziehen lassen. In einer Pfanne die Butter bei milder Hitze zerlassen, das Wildgewürz zugeben, salzen, pfeffern und das Fleisch darin wenden. Das Fleisch in Medaillons schneiden.

Rahmwirsing: 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, anschließend in kleine Stücke schneiden. Die Sahne in einem Topf erhitzen, den Wirsing und die Butter hinein geben und mit Chilisalز und Muskatnuss abschmecken, zum Schluss den Meerrettich und Mandelblättchen untermischen.

Wildsoße: Den Puderzucker in einem Topf oder einer Pfanne bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen, mit Portwein und Rotwein ablöschen, den Wildfond zugeben und das Ganze auf ein Drittel reduzieren. Bei milder Hitze nacheinander die kalten Butterstückchen unter ständigem Rühren unterschlagen. Eventuell eine Zitronenschale kurz mitziehen lassen und mit Salz, Pfeffer und Wildgewürz abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 14. Dezember 2012

Wurst-Schinken

Blutwurst-Teller

Für 4 Personen

Pilzsalat mit Blutwurst:

0,5 Zitrone, unbehandelt	0,25 Bund Petersilie	200 g Pilze, gemischt
1 EL Butter, braun	50 ml Gemüsebrühe	0,5 TL Senf, scharf
2 EL Olivenöl, mild	150 g Blutwurst	Pfeffer, schwarz
Kümmel, gemahlen	Zucker	Salz

Polenta mit Blutwurst:

125 ml Gemüsebrühe	120 ml Milch	0,5 Lorbeerblatt
30 g Instantpolenta	2 EL Butter, braun	0,5 TL Schokolade, weiß (gehackt)
150 g Blutwurst, weich	Muskatnuss	Salz

Blutwurst auf Rotweinbutter:

1 TL Puderzucker	80 ml Portwein, rot	150 ml Rotwein
100 g Butter, sehr kalt	0,5 Zitrone, unbehandelt	150 g Blutwurst
Pfeffer	Salz	

Pilzsalat mit Blutwurst:

Schale der Zitrone abreiben und etwa einen Esslöffel Saft auspressen. Die Petersilie putzen und fein hacken. Die Pilze putzen, nur wenn nötig waschen und zerkleinern. In einer Pfanne bei mittlerer Temperatur in der braunen Butter anbraten. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Kümmel, Zitronenabrieb und Petersilie würzen. Die lauwarmer Brühe mit dem Zitronensaft und dem Senf verrühren. Das Olivenöl erst tropfenweise, dann zügiger, unter kräftigem Rühren hinzufügen. Das Dressing mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Die Blutwurst Scheiben schneiden, halbieren oder vierteln. Die gebratenen Pilze mit der Marinade und der Blutwurst vermischen.

Polenta mit Blutwurst:

Die Brühe mit der Milch und dem Lorbeerblatt in einen Topf geben und aufkochen lassen. Die Polenta einrieseln lassen und unter ständigem Rühren fünf bis zehn Minuten köcheln lassen. Die braune Butter mit der Schokolade unterrühren und die Polenta mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Die Blutwurst darunter rühren und gegebenenfalls noch etwas nachschmecken.

Blutwurst auf Rotweinbutter:

Den Puderzucker in einen Topf oder eine Pfanne sieben und bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen, mit Portwein und Rotwein ablöschen und auf ein Drittel reduzieren. Bei milder Hitze nacheinander die kalten Butterstücken unter ständigem Rühren unterschlagen. Einen Streifen Schale aus der Zitrone herausschneiden und kurz mitziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren. Die Blutwurst in einer Pfanne bei mittlerer Hitze in der Pfanne in wenig brauner Butter von beiden Seiten kurz anbraten. Die Rotweinbutter auf warmen Tellern verteilen und die Blutwurstscheiben darauf anrichten.

Alfons Schuhbeck am 04. März 2011

Weißwurst-Radeln, Kalbszünge, Linsen-Grünkohl-Gemüse

Für 4 Personen

Linsen-Grünkohl-Gemüse:

150 g Berglinsen, klein, grün	30 g Karotte	30 g Lauch
0,5 Zwiebel	30 g Knollensellerie	1 EL Öl
1 EL Tomatenmark	80 ml Rotwein, kräftig	500 ml Geflügelbrühe
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt	1 Lorbeerblatt
1 Zimtsplitter	2 Scheiben Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 EL Butter, kalt	2 EL Butter, braun	1 Prise Majoran
1 Prise Chili, mild, gemahlen	0,5 – 1 EL Balsamicoessig, mild	2 Blätter Grünkohl
Chilisalzwürzen, mild	Salz	

Weißwurstadeln:

6 Weißwürste	2 Eier	100 g Mehl, doppelgriffig
100 g Weißbrotbrösel	Öl	Pfeffer
Salz		

Kalbszünge:

12 Scheiben Kalbszunge, gekocht	5 EL Gemüsebrühe
---------------------------------	------------------

Linsen-Grünkohl-Gemüse:

Die Linsen zwei Stunden in Wasser einweichen, danach abtropfen lassen. Karotte, Lauch, Zwiebel und Sellerie putzen und in kleine Würfel schneiden. Das ganze Gemüse, bis auf die Lauchwürfel, in einem Topf im Öl bei milder Hitze glasig anschwitzen. Das Tomatenmark hinein rühren und mitschwitzen lassen. Die eingeweichten Linsen dazu geben, mit Rotwein ablöschen und etwas einköcheln lassen. Mit der Brühe auffüllen und 45 bis 50 Minuten mehr ziehen als köcheln lassen. Die Schale der Zitrone und Orange abreiben. Nach einer Viertelstunde das Lorbeerblatt einlegen. Gegen Ende der Garzeit den Lauch, Zitronen- und Orangenabrieb, Zimtsplitter, Knoblauch und Ingwer dazu geben, einige Minuten ziehen lassen und zum Schluss entfernen. Die kalte Butter und einen Esslöffel braune Butter hinein rühren und mit Salz, Majoran, Chili und Essig abschmecken. Inzwischen den Grünkohl waschen, die feinen Blättchen zwischen den Blattrippen heraus zupfen und in Salzwasser einige Minuten bissfest kochen. Kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kurz vor dem Anrichten in einem kleinen Topf mit einem Esslöffel brauner Butter erwärmen und mit Chilisalzwürzen würzen.

Weißwurstadeln:

Die Weißwürste enthäuten und schräg in fünf dicke Scheiben schneiden. Das Ei in einem tiefen Teller verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl und die Weißbrotbrösel ebenfalls in tiefe Teller verteilen. Die Weißwurstscheiben nacheinander erst in Mehl, dann im Ei und den Weißbrotbröseln wenden. In einer Pfanne bei mittlerer Temperatur fingerhoch Öl erhitzen. Die Weißwurstscheiben erst auf einer Seite, dann auf der anderen Seite goldbraun braten, heraus nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Kalbszünge:

Die Kalbszungenscheiben in der Brühe sanft erwärmen und dabei auf keinen Fall kochen lassen. Das Linsengemüse in tiefen Tellern verteilen und die Grünkohlblätter darauf streuen. Die Weißwurstadeln darauf anrichten und die Kalbszungenscheiben dazwischen legen.

Alfons Schuhbeck am 20. Januar 2012

Index

- Artischocke, 26, 71, 108
Aubergine, 109, 127
Avocado, 46, 82, 116, 120, 132
- Bällchen, 48
Barbecue, 92
Biskuit, 14
Blutwurst, 138
Bohnen, 83, 112
Bouillabaisse, 26
Bourguignon, 70
Brät, 56
Bratapfel, 8
Braten, 71
Brathähnchen, 40
Brokkoli, 78
Brot, 108, 110, 112, 116, 117, 120
Brust, 71
Butter, 92, 93
- Carpaccio, 125
Chili, 92–94
Couscous, 62, 126
Crêpe, 9–11
Curry, 104
- Eier, 86, 104
Eis, 8
Erbsen, 83, 98
- Feigen, 17
Feld-Salat, 112, 114, 119
Fenchel, 98
Filet, 56, 59, 63, 64, 70, 71, 88, 89
Fisch, 96, 99, 101, 120
Fisch-Filet, 26, 112, 114, 116, 117, 119
Fleisch, 77, 100, 108, 123
Forelle, 27
Frikassee, 43
- Garnelen, 109, 116
Gazpacho, 96
Geflügel, 52, 83, 98–100, 102, 108, 110, 117
Grünkohl, 3, 35, 59, 116, 139
- Granatapfel, 8, 10, 11, 13, 15, 17, 20
Gulasch, 73, 77
Gurke, 31, 46, 68, 79, 93, 96, 110–112, 128
- Hähnchen-Brust, 38, 39, 41–45
Hähnchen-Curry, 42
Hühner-Brust, 40, 41, 43–46
Haxe, 57, 58
Himbeeren, 8, 20
- Jakobsmuscheln, 118
- Käse, 112, 126
Kürbis, 45, 59, 99, 100
Kabeljau, 125
Kabeljau-Filet, 30
Kalb, 48, 52, 84
Kartoffeln, 2, 97–99, 110, 114, 128
Kaviar, 33
Kirschen, 22
Knödel, 4, 15, 77, 111, 112
Knoblauch, 92–94
Kohlrabi, 84, 122
Kokos, 13, 116
Kräuter, 92–94, 99
Kraut, 52, 84
Kuchen, 20
- Lachs, 86, 120
Lamm, 48
Lauch, 118
Limette, 92, 94
Linsen, 3, 139
- Möhren, 3, 34, 35, 43, 52, 58, 65, 67, 70, 73, 78, 79, 83, 84, 92, 97, 117, 122, 139
Mandeln, 13, 15, 17, 22
Mango, 13, 14
Mascarpone, 14
Medaillon, 59
Medaillons, 89
Meeresfrüchte, 114, 122
mit-Alkohol, 106
Mousse, 19, 21

Nougat, 17
 Nudeln, 123

 Obst, 92, 93, 108, 114, 116–118, 120, 121,
 124–127
 Orangen, 8, 13, 14, 17, 20, 22, 24

 Paprika, 42, 45, 59, 64, 68, 83, 89, 109, 126,
 127
 Pastinaken, 71, 83
 Pflirsich, 15
 Pilze, 70, 78, 83, 88, 89, 123, 124, 127, 134,
 138
 Polenta, 63, 138
 Porterhouse, 75

 Rücken, 62–65, 67, 80
 Radieschen, 27, 73, 111, 112, 114, 120, 123
 Reh-Rücken, 134, 135
 Reis, 2, 13, 30, 42, 135
 Rettich, 27, 28, 34, 135
 Rind, 48, 85, 99, 100, 102
 Romanesco, 41
 Rosenkohl, 85, 134
 Rostbraten, 80
 Rote-Bete, 31, 36, 84, 93, 117, 122, 125
 Rotwein, 93
 Roulade, 79

 Sabayon, 20
 Saibling-Filet, 28
 Sauerkraut, 38, 57
 Schinken, 98
 Schnitzel, 66
 Schoten, 33, 42, 48, 68, 78, 84, 96, 122
 Schulter, 67
 Schwarzwurzeln, 85, 101
 Seeteufel, 31
 Seezunge, 33
 Sellerie, 3, 34, 58, 65, 67, 70, 73, 79, 80, 83,
 97, 102, 124, 139
 Senf, 93, 94
 Sesam, 94
 sonstige, 94
 Sorbet, 12
 Spargel, 40, 43, 48, 66, 67, 73, 84, 86, 111,
 119, 121, 122
 Speck, 110, 112, 123
 Spieß, 68
 Spinat, 4, 30, 45, 56, 62, 99, 104
 Spitzkohl, 3, 52, 57, 65, 84

 Steak, 78
 Strauß, 132
 Strudel, 24

 Törtchen, 22
 Tatar, 119, 128
 Teig-Taschen, 123
 Tiramisu, 14
 Tomaten, 92, 94

 Vitello-Tonnato, 127

 Weißkohl, 64, 89, 112
 Weißwurst, 139
 Wein, 94
 Wels, 34
 Wild, 85, 124, 134, 135
 Wirsing, 5, 36, 135

 Zander-Filet, 35, 36
 Zucchini, 2, 42, 44, 73, 109, 126, 127