

**Kochrezepte
aus Fernsehsendungen**

Christian Lohse

2008-2018

29 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 8. Februar 2021.

Inhalt

Dessert	1
Berliner Käsekuchen nach Lohse	2
Cheesecake mit Karamell-Hafer-Eis-Creme	3
Fontainebleau von Himbeeren mit Marillen-Crème-fraîche	4
Kaffee-Kakao-Creme	5
Susi-Wong-Tiramisu	6
Fisch	7
Eggs Benedict mit Lachs und Schinken à la Lohse	8
Kabeljau, Rote-Bete-Soße, Smetana, Borschtsch-Gemüse	9
Onsen-Eier mit Räucher-Lachs à la Lohse	10
Peterfisch, Kartoffel-Lauch-Roulade, Beurre blanc	11
Ragout vom Peterfisch	12
Wild-Lachs-Risotto mit Pfifferlingen und Thaispargel	12
Geflügel	13
Mais-Stubenküken in Morchelrahm mit grünem Spargel	14
Ragout fin à la Lohse	15
Hack	17
Bouletten mit Rahm-Lauch	18
Kalb	19
Milchkalb-Filet mit grünen Spargel, Morchel-Béarnaise	20
Piccata milanese mit Garganelli und Tomaten-Soße	21
Lamm	23
Lamm-Karree, Paprika-Mus, Tapenade, Zucchini, Salat	24

Salat	25
Eier-Salat	26
Suppen	27
Borschtsch-Eintopf	28
Verspäteter Oster-Eintopf à la Lohse	29
Vegetarisch	31
Gemüse, Schmortomaten, Artischocke, Lorbeer-Creme	32
Senior pomidor	34
Spargel mit Morcheln und Erbsen	35
Vietnamesische Sommer-Rolle mit süßscharfer Chili-Soße	36
Vorspeisen	37
Bresse Taube Borschtsch mit Koriander-Smetana	38
Lauch-Vinaigrette mit Cashew-Kernen	39
Spargel-Creme-Suppe mit Garnelen-Cakes	40
Wan-Tan-Suppe	41
Wurst-Schinken	43
Kochschinken-Pfannkuchen mit Mayonnaise-Kartoffel-Salat	44
Index	45

Dessert

Berliner Käsekuchen nach Lohse

Für vier Personen

Für die Soße:

100 ml Milch	100 g Sahne	40 g Eigelb
30 g Zucker	Eiswasser	

Für den Käsekuchen:

150 g Vollfettfrischkäse	$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 Eiweiß
36 ml Milch	48 ml obige Soße	30 g brauner Zucker

Für die Deko:

4 lila Hornveilchen	8 kernige Haferkekse	1 Zitrone
20 g grobes Meersalz		

Für die Soße:

Martiniglas in den Kühlschrank stellen. Milch und Sahne in einem Topf aufkochen. Eigelb und Zucker in einer Schüssel verrühren, damit die Milch-Sahnemasse abbindet (zur Rose abziehen), in einen Anschlagkessel geben und über Eiswasser abkühlen.

Für den Käsekuchen:

Frischkäse, Eiweiß, Milch, braunen Zucker und einen Spritzer Zitronensaft mit der Soße vermengen. Durch ein Sieb passieren und die Masse in eine Espuma füllen, gut durchschütteln und kalt stellen.

Für die Deko:

Zitrone abreiben. 1 Prise Zitronenabrieb mit 10 Prisen Salz vermengen. Kekse grob zerbröseln. In dem vorgekühlten Martiniglas einen Teil der Kekse anrichten, mit Espuma bis zum Rand auffüllen, mit Feingefühl etwas Zitronensalz auf die Oberfläche streuen, mit dem Hornveilchen dekorieren und servieren.

Christian Lohse am 18. Januar 2017

Cheesecake mit Karamell-Hafer-Eis-Creme

Für 4 Personen

Für die Eiscreme:

175 g Eigelb	40 g Zucker	600 g Hafermilch
125 g Sahne	75 g Zucker	50 g Glucose Sirup
Prise Meersalz	75 g Zucker	

Für die Crème Anglaise:

125 g Vollmilch	125 g Sahne	20 g Zucker
50 g Eigelb	15 g Zucker	

Für den Cheesecake:

250 g Frischkäse	60 g Milch	25 g brauner Zucker
25 g weißer Zucker	1 Zitrone	30 g Eiweiß
50 g Eigelb		

Für das Zitronensalz:

1 Amalfi Zitrone	Pyramidensalz	einige Haferkekse
------------------	---------------	-------------------

Für die Eiscreme:

Die Eigelbe mit dem Zucker schaumig rühren und abdecken. Nun die Hafermilch mit der Sahne, dem Zucker, dem Glucose Sirup und dem Salz verrühren und einmal aufkochen lassen.

Den restlichen Zucker dunkel karamellisieren lassen und mit der Hafermilchcreme ablöschen. Das Eigelb-Zucker-Gemisch dazugeben und zur Rose abziehen. Das Ganze abkühlen und in der Eismaschine gefrieren.

Für die Crème Anglaise:

Die Vollmilch, die Sahne und den Zucker verrühren und in einem Topf aufkochen. Nun das Eigelb mit dem Zucker aufschlagen und auf dem Topf mit dem Milch-Sahne-Gemisch etwa auf Zimmertemperatur erwärmen und anschließend zur Seite stellen. Das Milch-Sahne-Gemisch noch einmal richtig aufkochen, bis es aufsteigt – dafür am besten einen hohen Topf wählen. Zügig zu der Eigelbmasse gießen und dabei gut rühren. Die Crème Anglaise kühl stellen.

Für den Cheesecake:

Den Frischkäse mit der Milch, 80 g von der Crème Anglaise, dem braunen und weißen Zucker, einem Schuss Zitronensaft, dem Eiweiß und dem Eigelb gut verrühren und anschließend in eine Espuma-Flasche füllen und kalt stellen.

Für das Zitronensalz:

Die Schale von der Zitrone abreiben und 1:1 mit dem Salz mischen. Wenn das Eis gefroren und das Cheesecake-Espuma gut durchgekühlt ist, die Haferkekse in Dessertschälchen bröseln. Das Eis darauf geben und mit dem Cheesecake-Espuma toppen. Etwas Zitronensalz darüber streuen.

Christian Lohse am 07. Oktober 2017

Fontainebleau von Himbeeren mit Marillen-Crème-fraîche

Für ca. 8 Personen

Für den Mandeltaler:

Butter	Meersalz	Glukose
Zucker	Mehl	geh., geröst. Mandeln
Backtrennspray		

Für die Crème-fraîche:

500 g Himbeeren	500 g Crème-fraîche	Zucker
500 g Minze	Puderzucker	Marillenschnaps
1-2 Limetten	Hornveilchen	

Für den Mandeltaler:

Butter (die Menge nach Gefühl) erwärmen, das Sea Salt, die Glukose, den Zucker und etwas Mehl einrühren. So dosieren, dass eine cremige Konsistenz entsteht.

Die Masse für 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Dann die Masse (am besten mit den Fingern) auf ein mit Backtrennspray besprühtes Backblech streichen (nicht zu dick) und mit Mandeln bestreuen. Bei 160 Grad in den Backofen schieben, bis es goldbraun ist.

Die festgewordene Masse von dem Blech lösen, so lange sie noch warm ist und erkalten lassen.

Für die Marillen-Crème-fraîche:

In der Zwischenzeit 100 g der Himbeeren pürieren. Zitronensaft und Zucker nach Gefühl dazugeben. Das Püree anschließend nicht passieren.

Crème fraîche und – nach Gefühl - Zucker aufschlagen, Limettensaft und – abrieb, sowie einen kleinen Schuss Marillenschnaps dazugeben.

Die restlichen Himbeeren mit Zitronensaft und Zucker marinieren und klein geschnittene Minzeblätter dazugeben. Das Himbeerpüree unter die Himbeeren rühren. Die Marillen-Crème-fraîche über die Himbeeren geben.

Von dem Mandelkrokant einen Chip abbrechen und in die Crème stecken, mit Puderzucker bestäuben und mit Blüten dekorieren.

Christian Lohse am 10. Juni 2017

Kaffee-Kakao-Creme

Für 4 Personen

Für das Mousse:

200 g Espresso	250 g Butter	250 g Zartbitter-Kuvertüre
145 g Kakaopulver	250 g Eigelb	150 g Zucker
450 g Sahne		

Für den Milchschaum:

250 g Milch	150 g Kondensmilch	1 Vanillestange
10 g Stärke	1 Rippe Zartbitter-Kuvertüre	Zimtblüte (gemahlen)

Für das Kaffee-Kakao-Mousse:

Den Espresso mit der Butter, der Kuvertüre und dem Kakaopulver ausschmelzen.

Das Eigelb mit dem Zucker aufschlagen. Anschließend einen Teil von der Eigelbmasse in die Espresso-Kuvertüre einrühren, bis eine Bindung entsteht. Erst dann den Rest der Eigelbmasse dazugeben.

Die Sahne steif schlagen und ebenfalls in die emulgierte Masse einarbeiten und kalt stellen.

Für den Milchschaum:

Für den Milchschaum die Milch, die Kondensmilch und die Vanillestange aufkochen und mit der Stärke abbinden. In eine Espuma-Flasche füllen, eine Kapsel aufdrehen und kalt stellen.

Etwas Kuvertüre schmelzen, auf Backpapier verstreichen und ebenfalls kalt stellen.

Die Creme in Dessertschälchen geben und mit dem Milchschaum besprühen. Ein Stück von der erkalteten Kuvertüre in die Creme stecken und mit der gemahlene Zimtblüte bestreuen.

Christian Lohse am 09. Dezember 2017

Susi-Wong-Tiramisu

Für vier Personen

Für das Schoko-Espuma:

30 g Mascarpone	40 g Milch	30 g Espresso, kalt
30 g weiße Schokolade	30 g Milch-Schokolade	30 g dunkle Schokolade
90 g Schokolade	60 g Eiweiß	

Für den Obstsalat:

1 Mango	1 Ananas	1 Pitahaya
Koriander	3 Maracuja	1 Limette
Läuterzucker		

Für das Löffelbiskuit:

Löffelbiskuit	Lime Juice	Tequila
Triple Sec	1 Limette	Karamellbonbons
essbare Blüten		

Für das Schoko-Espuma:

Für das Espuma die Mascarpone, die Milch und den Espresso vermischen und erwärmen. Die Schokolade darin schmelzen.

Anschließend das Eiweiß unterrühren.

Die Masse in eine $\frac{1}{2}$ -Liter Espuma-Flasche füllen und 2 Kapseln aufdrehen. Das Ganze für 1 Stunde kalt stellen.

Für den Obstsalat:

Die Früchte in gleich große Würfel schneiden. Im Verhältnis 1/5 Koriander feingeschnitten dazu geben - je nach Geschmack. Die Maracuja aufschneiden, die Kerne aus der Schale kratzen und in den Fruchtsalat mengen. Mit Limettensaft und -abrieb nach Wunsch abschmecken. Wenn die Früchte sehr süß sind, mit etwas Läuterzucker süßen.

Für das Löffelbiskuit:

Aus Tequila, Lime Juice, Triple Sec und Limettenabrieb eine Margarita mixen und über den Löffelbiskuit geben, gut durchziehen lassen.

Den Löffelbiskuit als untere Schicht in Dessertschälchen geben und den Fruchtsalat darauf verteilen. Das Schoko-Espuma darüber spritzen. Die Karamellbonbons über das Tiramisu reiben und mit einer Blüte dekorieren.

Christian Lohse am 06. Mai 2017

Fisch

Eggs Benedict mit Lachs und Schinken à la Lohse

Für zwei Personen

Für die englischen Muffins:

400 g Buttermilch	300 g Mehl (550er)	60 g Butter
20 g feines Meersalz	50 g Zucker	10 g frische Hefe
2 TL Backpulver	2 EL Butter	

Für den Spinat:

250 g frischer Spinat	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
2 EL Butter	Salz	Pfeffer

Für die Sauce hollandaise:

250 g Butter	3 Eier	2 EL Estragonessig
1 TL scharfe Chilisauce	1 Prise brauner Zucker	Salz

Für den Belag:

4 Eier	2 Scheiben Kochschinken	2 Scheiben Räucherlachs
2 TL grobes Meersalz	2-3 TL Weißweinessig	Pflanzenöl, Butter

Für die englischen Muffins:

Den Ofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Buttermilch und 50 ml Wasser in einem Topf lauwarm erwärmen. Hefe und Zucker dazugeben und rühren. Butter schmelzen und ebenfalls einrühren. Vom Herd ziehen und in eine Schüssel geben.

Mehl, Backpulver und Meersalz vermengen, anschließend zur Flüssigkeit geben. Den Teig klumpenfrei rühren. In gefetteten Servierringen in einer Pfanne mit Butter anbraten, nicht wenden. Die Pfanne mit den Muffins im Ofen ca. 5 Minuten fertig backen.

Für den Spinat:

Spinat waschen und trocken schleudern. Bei großen Blättern den Strunk herausschneiden. Schalotten und Knoblauch abziehen, würfeln, in einer Pfanne mit Butter etwas bräunen. Salz hinzugeben. Den Spinat hinzufügen, zusammenfallen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Gegebenfalls Spinat anschließend abtropfen lassen.

Für die Sauce hollandaise:

Butter lauwarm schmelzen. Eier trennen, Eigelbe mit Essig, Salz und Zucker über einem warmen Wasserbad bindend schaumig schlagen. Vom Herd nehmen und vorsichtig die geschmolzene Butter einrühren. Mit Chilisauce, Salz und Zucker abschmecken, eventuell Essig hinzufügen.

Für den Belag:

Schinken in einer Pfanne mit wenig Pflanzenöl kurz und heiß anbraten. 2 Liter gesalzes Wasser mit Essig aufkochen. Eier einzeln in einer Schüssel aufschlagen. Strudel in kochendem Wasser erzeugen und die Eier einzeln darin ca. 4 Minuten pochieren. Die Eier mit einer Schöpfkelle vorsichtig herausnehmen und gut abtropfen lassen. Den Räucherlachs bereit stellen.

Den Ofengrill auf höchster Stufe vorheizen. Zwei warme Muffins mit etwas Butter bestreichen. Einen Muffin mit Schinken belegen, den anderen Muffin mit Lachs. Darauf den Spinat mit einer Mulde anrichten. Pochierte Eier in die Mulde legen, mit Sauce hollandaise übergießen und unter dem Ofengrill 3 Minuten gratinieren, anschließend servieren.

Christian Lohse am 01. September 2017

Kabeljau, Rote-Bete-Soße, Smetana, Borschtsch-Gemüse

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:

1 Kabeljaufilet à 500 g Olivenöl Salz

Für die Smetana:

250 g Schmand 1 Avocado $\frac{1}{2}$ Bund Dill
 $\frac{1}{2}$ Bund Koriander 1 Zitrone, davon der Saft 1 Knoblauchzehe
Chilipulver Olivenöl Salz

Für das Gemüse:

3 Mini-Karotten $\frac{1}{4}$ Spitzkohl 1 Knolle Rote Bete
1 Zwiebel 1 Knoblauchzehe 1 Zitrone, davon der Saft
1 TL brauner Zucker Chilipulver Olivenöl, Salz

Für die Reduktion: 200 g Rote-Bete-Saft $\frac{1}{4}$ TL Ascorbinsäure

$\frac{1}{2}$ TL Maisstärke Zucker Salz

Für die Garnitur: 2 Weiße Rüben 2 Zweige Koriander

2 Zweige Dill 2 Zweige Kerbel

Für den Kabeljau:

Den Ofen auf 55 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Filet waschen und trocken tupfen. Den Fisch nach Gräten absuchen und diese gegebenenfalls entfernen. Den Fisch in zwei gleich große Stücke schneiden. In einer Pfanne etwas Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und das Filet darin auf der Hautseite kross anbraten, wenden und glasig anbraten. Mit Salz würzen. Im Ofen etwa 15 Minuten fertig garen.

Für die Smetana:

Den Knoblauch abziehen und grob hacken. Dill und Koriander abbrausen und trocken wedeln. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch entfernen. Knoblauch, Dill und Koriander mit Schmand und Avocado vermischen und mit einem Stabmixer pürieren. Die Smetana mit Zitronensaft, Chilipulver, Olivenöl und Salz abschmecken und in den Kühlschrank stellen.

Für das Gemüse:

Die Karotten und Rote Bete schälen, von den Enden befreien, Karotten halbieren, Rote Bete vierteln und mit Salz und Zucker würzen. In einem Topf mit kochendem Salzwasser bissfest garen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und Zwiebel in feine Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken. Spitzkohl waschen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden. In einem Topf Olivenöl erhitzen und darin Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen. Den Kohl dazu geben und bissfest garen. Mit Zucker und Salz würzen. Karotten und Rote Bete dazugeben und mit Zitronensaft und Chilipulver abschmecken.

Für die Reduktion:

Den Rote-Bete-Saft in einem Topf auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Zucker, Ascorbinsäure und Salz abschmecken und mit in Wasser angerührter Maisstärke abbinden.

Für die Garnitur:

Koriander, Dill und Kerbel abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die weiße Rübe schälen, in der Mitte halbieren und in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden.

Den Kabeljau mit Rote-Bete-Sauce, Smetana und Borschtsch-Gemüse auf Tellern anrichten, mit den Kräutern und der weißen Rübe garnieren und servieren.

Christian Lohse am 28. Juli 2017

Onsen-Eier mit Räucher-Lachs à la Lohse

Für zwei Personen

Für die Vinaigrette:

1 Schalotte 50 ml Weißweinessig 50 ml Wasser
50 g Zucker 1 TL Speisestärke Salz

Für die Bohnen:

100 g grüne Schnippelbohnen 2 EL Olivenöl 1 Thymianzweig
Salz

Für die Rahm-Vinaigrette:

100 ml Sahne 150 ml Sherry Essig $\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch
1,5 TL Brauner Zucker 1 TL grobes Meersalz 2 EL Olivenöl
Pfeffer

Für den Lachs:

10 Streifen Räucherlachs

Für die Eier:

6 Eier

Alternative:

6 Eier 2-3 TL Weißweinessig

Für die Vinaigrette:

Die Schalotten abziehen und würfeln. Die Schalotten mit 50 ml Weißweinessig, 50 ml Wasser und Zucker in einem Topf erhitzen, mit Salz abschmecken und einmal aufkochen. Auf ein Drittel reduzieren, mit Speisestärke abbinden, pürieren und kalt stellen.

Für die Bohnen:

Die Bohnen klein schneiden und in einem Topf mit Wasser und etwas Salz für 6 Minuten bissfest garen. Die Vinaigrette und Olivenöl über die Bohnen geben und miteinander vermengen. Etwas Thymian hacken, dazugeben und mit Salz abschmecken.

Für die Rahm-Vinaigrette:

Sherry Essig, grobes Meersalz, braunen Zucker und Pfeffer in einen Topf geben und verrühren. Sahne hinzugeben, so dass die Vinaigrette andickt. Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden. Olivenöl und Schnittlauch hinzugeben und mit Zucker abschmecken.

Für den Lachs:

Den Räucherlachs in ca. $\frac{1}{2}$ -1 cm dicke und etwa $1\frac{1}{2}$ cm breite Streifen schneiden.

Für die Eier:

Die Eier bei 64 Grad für 47 Minuten in einem Sous-vide-Becken garen und später für 2 Minuten in siedendem Wasser erhitzen.

Alternative:

Alternativ können auch pochierte Eier serviert werden. Dafür gesalzenes Wasser mit Essig aufkochen. Eier einzeln in einer Schüssel aufschlagen. Strudel in kochendem Wasser erzeugen und die Eier einzeln darin ca. 4 Minuten pochieren. Die Eier mit einer Schöpfkelle vorsichtig herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Den Bohnensalat mit Eiern und Lachs in einer Auflaufform anrichten, die Rahm-Vinaigrette darüber geben und servieren.

Christian Lohse am 01. September 2017

Peterfisch, Kartoffel-Lauch-Roulade, Beurre blanc

Für zwei Personen

Für den Peterfisch:

2 Petersfischfilets, à 140 g	2 Thymianzweige	2 EL Butter
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Lauch-Stroh:

1 Stange Lauch	½ Bund Schnittlauch	Frittieröl, Salz
----------------	---------------------	------------------

Für die Kartoffel-Lauch-Roulade:

2 mittlere festk. Kartoffeln	2 Schalotten	40 g Butter
2 EL Mineralwasser	1 TL Speisestärke	Ingwerknolle, ca. 2 cm
½ TL Zucker	Meersalz	

Für die Garnitur:

4 Pariser Champignons

Für die Beurre blanc:

2 Schalotten	100 g Butter	100 ml Verjus
Meersalz	Zucker	

Für den Peterfisch:

Ofen auf 55 Grad Ober-/Unterhitzen vorheizen. Fisch waschen, trocken tupfen und eventuell vorhandene Gräten entfernen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Thymian abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Olivenöl und Butter in einer gusseisernen Grill-Pfanne erhitzen, Fischfilets mit dem Thymian einreiben und unter Wenden ca. 4 Minuten kräftig anbraten. Dann herausnehmen und auf dem Gitterrost im Ofen auf mittlerer Schiene weitere ca. 10 Minuten zu Ende garen.

Für das Lauch-Stroh:

Lauch putzen, waschen, die äußeren Blätter entfernen und das Grün abschneiden und beiseitelegen. Den weißen unteren Teil vom Lauch der Länge nach in Julienne schneiden. Fritteuse auf 150 Grad erhitzen und die Lauch-Julienne darin hellbraun frittieren. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz würzen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und ca. 5 Minuten im vorgeheizten Ofen trocknen lassen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden. Vor dem Servieren unter das Lauch-Stroh heben.

Für die Kartoffel-Lauch-Roulade:

Lauch putzen waschen, je 4 einzelne Lauchblätter à 10 cm Länge und 4 cm Durchmesser lösen und in kochendem Salzwasser blanchieren. Herausnehmen, in Eiswasser abschrecken und mit Küchenpapier trocken tupfen. Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 2 x 2 mm große Würfel schneiden. Schalotten abziehen und sehr fein würfeln. Ca. 1 EL von dem übrigen Lauch ebenso in sehr kleine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Schalotten und Kartoffeln darin blondieren und mit Zucker und Meersalz abschmecken. Mit etwas Ingwerwasser und Mineralwasser ablöschen, bissfest garen mit Butter und Speisestärke binden. Lauch unterrühren. Die zuvor blanchierten Lauchblätter mit dem Gemüse der Länge nach belegen und zu einer Rolle aufrollen.

Für die Garnitur:

Champignons putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Vor dem Anrichten der Länge nach auf die Kartoffel-Lauch-Roulade legen. Das Lauchstroh auf der mit den Champignons belegten Kartoffel-Lauch-Roulade anrichten.

Für die Beurre blanc:

Schalotten abziehen und in sehr feine Würfel schneiden. Schalotten und Verjus in einem Topf reduzieren lassen und mit Maldon Sea Salt und etwas Zucker würzen. Dann pürieren und mit der Butter montieren.

Gegrillter St. Pierre mit Kartoffel-Lauch-Roulade, Beurre blanc und Lauch- Stroh auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Lohse am 03. November 2017

Ragout vom Peterfisch

Für zwei Personen

Für das Ragout:

4 Petersfischfilets, à 140 g	200 g braune Champignons	150 g Cocktailtomaten
1 Zitrone (Saft, Schale)	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	250 ml Geflügelfond
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Ragout:

Fisch waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Reichlich Olivenöl in einem länglichen Bräter erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen. Champignons putzen, in Scheiben schneiden, Tomaten waschen und halbieren. Gemüse und Fisch zugeben, würzen und ca. 8 Minuten bei geringer Hitze langsam garen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, Halme in feine Röllchen schneiden. Ragout mit Schnittlauch verfeinern.

Ragout vom St. Pierre in tiefen Tellern anrichten und servieren.

Christian Lohse am 03. November 2017

Wild-Lachs-Risotto mit Pfifferlingen und Thaispargel

Für 4 Personen

120 g Reis, z. B. Carnaroli	50 g Zwiebeln	1 dl Olivenöl
1 Zehe Knoblauch	350 g Geflügelbrühe	100 g Pfifferlinge, klein
100 g Thai Spargelspitzen	1 Bund Frühlingszwiebel	120 g Wildlachs, küchenfertig
80 g Butter	80 g Parmesan	1 EL Mascarpone
Maldon-Sea-Salt	Pfeffer, schwarz	

Knoblauch schälen, putzen und mit den gewürfelten Zwiebeln in einer Sauteuse in Olivenöl unter Rühren blond anschwitzen. Reis hinzufügen, mit Maldon Sea Salt und Pfeffer abschmecken und dann unter Rühren die kochende Geflügelbrühe nach und nach angießen, bis das Risotto bissfest gegart ist. Butter, gehobelten Parmesan und Mascarpone mit einem Holzlöffel einarbeiten. Pfifferlinge, Thai Spargelspitzen und Frühlingszwiebeln putzen. Anschließend die Frühlingszwiebeln in zwei Millimeter dünne Ringe schneiden, Wildlachs in zwei Mal zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Pfifferlinge, Thai Spargelspitzen, Frühlingszwiebel und Wildlachs vorsichtig unterheben und sofort in einem tiefen Teller servieren.

Christian Lohse am 29. August 2008

Geflügel

Mais-Stubenküken in Morchelrahm mit grünem Spargel

Für zwei Personen

Für das Mais-Stubenküken:

2 Mais-Stubenküken	$\frac{1}{2}$ Gemüsezwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 Möhre mit grün	50 ml Weißwein	Olivenöl
brauner Rohrzucker	grobes Meersalz	

Für den Morchelrahm:

150 g Spitzmorcheln	1 Zitrone	100 ml Crème-fraîche
10 g Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Estragon
200 ml Gemüsefond	50 ml Olivenöl	brauner Rohrzucker
grobes Meersalz	Pfeffer	

Für den Spargel:

10 Thaispargel	50 ml Olivenöl	brauner Rohrzucker
grobes Meersalz		

Für das Mais-Stubenküken:

Ofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Keulen und Brüste vom Mais-Stubenküken lösen und in einer Pfanne in Olivenöl goldbraun anbraten. Knoblauch, Zwiebel abziehen, die Zwiebel in nussgroße Stücke schneiden. Knoblauch quer halbieren.

Möhre abbrausen und in nussgroße Stücke schneiden. Gemüse in die Pfanne geben, kurz hellbraun anbraten, mit Meersalz und braunem Zucker würzen, mit Weißwein ablöschen und reduzieren.

Für den Morchelrahm:

Spitzmorcheln in lauwarmem Gemüsefond einlegen. Anschließend zusammen mit Zitronensaft, Butter und Crème fraîche zu dem Gemüse geben, einmal aufkochen lassen, Küken einlegen und 10 Minuten langsam sieden lassen. Mais-Stubenküken und Gemüse aus der Pfanne nehmen und im Ofen warm halten. Soße aus der Pfanne durch ein Sieb passieren, aufmixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Estragon und Kerbel abbrausen. Kerbel grob zupfen und Estragon fein schneiden. Mit Olivenöl, Meersalz, braunem Zucker und Zitronenabrieb würzen.

Für den Spargel:

Thaispargel abbrausen und längs halbieren. Kurz in sehr heißem Olivenöl anbraten, herausnehmen und mit Zucker und Salz abschmecken.

Mais-Stubenküken mit Schmorgemüse und Morcheln auf einem Teller anrichten, mit Soße begießen, Thaispargel dazugeben, mit Kräutern dekorieren und servieren.

Christian Lohse am 18. Januar 2017

Ragout fin à la Lohse

Für zwei Personen

Für das Huhn:

1 Brust vom Schwarzfederhuhn	1 Leber vom Huhn	1 Herz vom Huhn
1 Pk. Blätterteig	1 EL Staudensellerie	1 EL Karotte
1 EL Petersilienwurzel	1 EL weiße Champignons	1 EL Pfifferlinge
1 Frühlingszwiebel	1 TL Kapern	400 ml Geflügelfond
2 Eier	3 EL Butter	Salz

Für die Sauce:

1 Zitrone (Saft)	15 g Mehl	60 g Butter
250 ml Sahne	250 ml Geflügelfond	Tabasco, Salz

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel

Für das Huhn:

Den Ofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Blätterteig dünn ausrollen. Im Durchmesser 10 cm zweimal zackig ausstechen und übereinander legen. Eier trennen und den Blätterteig mit dem Eigelb bestreichen. Im Ofen ausbacken.

Frühlingszwiebel in 1 mm feine Streifen schneiden. Hühnerbrust, Leber und Herz salzen. In einer Pfanne Butter schaumig werden lassen und das Huhn darin rosa braten.

Staudensellerie, Karotte und Petersilienwurzel abbrausen, trocken tupfen und kleinschneiden. In einem Topf mit Geflügelfond bissfest garen.

Champignons und Pfifferlinge putzen, salzen und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen.

Brust, Leber und Herz in 2x2 cm große Würfel schneiden. Anschließend in einer Schüssel mit dem Gemüse und den Frühlingszwiebel-Streifen vermengen.

Für die Sauce:

Die Butter in einer Pfanne schaumig werden lassen. Mehl einrühren und mit Geflügelfond und 200 ml Sahne auffüllen. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Sauce aufkochen lassen, mit Salz, Zitronensaft und Tabasco abschmecken und mixen.

Einen Teil der Sauce mit den Geflügelstücken, Frühlingszwiebel und Gemüse vermengen und in den Blätterteig füllen.

Den anderen Teil der Sauce aufmixen, den Rest Sahne dazugeben und über den Blätterteig geben.

Für die Garnitur:

Kerbel abbrausen, trocken wedeln und feinhacken.

Das Ragout fin à la Lohse auf Tellern anrichten, mit Kerbel garnieren und servieren.

Christian Lohse am 29. Dezember 2017

Hack

Bouletten mit Rahm-Lauch

Für vier Personen

Für die Bouletten:

500 g Kalbshack	500 g Schweinehack	1 Gemüsezwiebeln
1 Knoblauchkopf	1 Brötchen (altbacken)	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
5 Eier	$\frac{1}{2}$ l Vollmilch	Worcestersauce
Gewürzsoße	Sea Salt (Pyramidensalz)	brauner Rohrzucker
gestoßener schwarzer Pfeffer	Ketchup	Dijonsenf, Pflanzenfett

Für das Petersilien-Öl:

Pflanzenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	Sea Salt
------------	-------------------------------	----------

Für den Rahmlauch:

2-3 Lauchstangen	1-2 Bund Frühlingszwiebeln	1-2 Bund Schnittlauch
Butter	Sahne	Sea Salt (Pyramidensalz)
Brauner Rohrzucker	1 Zitrone	Zerstoßene Mandeln

Für die Bouletten:

Die Mengenangaben der Zutaten sind eine Orientierung und können nach Belieben und Geschmack variiert werden!

Die Zwiebel kleinschneiden, den Knoblauch (Menge nach Geschmack) reiben und in eine große Schale geben, das Hackfleisch dazu.

Das Brötchen würfeln und in der Milch einweichen. Einen halben Bund Petersilie kleinschneiden und mit den Eiern zum Hack geben.

Mit Zucker, Salz, Pfeffer, Worcester- und Gewürzsoße, Ketchup und Senf je nach Geschmack würzen. Alles gut durchkneten.

Das Pflanzenfett in einer Pfanne erhitzen und aus der Masse Bouletten formen. In die Pfanne geben und die Bouletten darin kross anbraten.

Darauf achten, dass sie nicht zu durch braten und innen zartrosa bleiben.

Für das Petersilien-Öl:

In der Zwischenzeit die Petersilie 1:1 mit Pflanzenöl und einer Prise Salz in einem Mixer mixen.

Für den Rahmlauch:

Die Lauchstangen, die Frühlingszwiebeln und den Schnittlauch in Ringe schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen und den Lauch hinzugeben. Je nach Geschmack mit Salz und Zucker würzen. Etwas Wasser nach Gefühl angießen, so dass alles bedeckt ist. Etwas Zitronenabrieb dazugeben. So lange köcheln lassen, bis der Lauch durchgegart ist. Die Frühlingszwiebeln, den Schnittlauch, eine Prise Salz und einen Spritzer Sahne dazu geben.

Den Rahmlauch auf einem Teller verteilen, die Bouletten darauf setzen, etwas Petersilien-Öl daneben geben und das Ganze mit zerstoßenen Mandeln bestreuen.

Christian Lohse am 20. Mai 2017

Kalb

Milchkalb-Filet mit grünen Spargel, Morchel-Béarnaise

Für zwei Personen

Für das Kalbsfilet:

2 Filets vom Milchkalb à 140 g neutrales Pflanzenöl Olivenöl, Maldon Sea Salt

Für den Salat:

10 Stangen grüner Spargel 1 Zitrone (Abrieb) 1 Bund Kerbel
1 Bund Estragon Butter Olivenöl
Maldon Sea Salt Zucker Salz

Für die Morchel béarnaise:

80 g frische Morcheln 100 g eingelegte Morcheln 2 EL Morchel-Wasser
1 Bund frischer Estragon 2 EL Weißweinessig 3 Eigelb
250 g Butter Butter Maldon Sea Salt
Salz Pfeffer

Für das Kalbsfilet:

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne mit Öl erhitzen. Die Filets mit Sea Salt würzen und in der heißen Pfanne kurz anbraten. Anschließend in den Ofen für ca. 15 Minuten geben.

Für den Spargel- und Kräutersalat:

Eine Pfanne mit Butter erhitzen und diese schaumig werden lassen. Die holzigen Enden der Spargelstangen abbrechen und auf 6 cm Länge schneiden. Die Abschnitte in 3 mm dicke Röllchen schneiden und beides separat in schäumender Butter anbraten, mit Salz würzen.

Kerbel und Estragon abbrausen, trockenwedeln und abzupfen. Zu dem Salat gezupfte Kräuter, Olivenöl und Zitronenabrieb geben und mit Salz und Zucker würzen.

Für die Morchel béarnaise:

Eine Pfanne mit Butter erhitzen und diese schaumig werden lassen. Die frischen Morcheln putzen und in der schaumigen Butter anbraten, mit Sea Salt würzen. Die eingelegten Morcheln ausdrücken und fein hacken. Die 250 g Butter in einer weiteren Pfanne zerlassen, dabei nicht heißer als 55 Grad werden lassen. Die Eigelb mit Morchel-Wasser, Essig und Sea Salt würzen und mit einer Prise Zucker in einer Schüssel aufschlagen. Die Butter kurz aufmixen und schnell der Masse zugeben. Estragon abbrausen, trockenwedeln und kleinschneiden. Der aufgeschlagenen Masse getrocknete Morcheln, frische Morcheln und etwas Estragon hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Anschnitt-Flächen des Filets mit Olivenöl abglänzen und mit etwas Salz bestreuen. Das Filet vom Milchkalb mit gebratenem grünen Spargel und Morchel-Béarnaise auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Lohse am 28. April 2017

Piccata milanese mit Garganelli und Tomaten-Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

4 Kalbsschnitzel à 60 g	1 Ei	100 g Parmesan
100 g Mehl Typ 405	3 EL Butter	Salz

Für die Garganelli:

200 g Mehl Typ 00	2 Eier	Salz
-------------------	--------	------

Für die Sauce:

1 kl. Schale Honigtomaten	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	1 Zweig Basilikum	Olivenöl
1 EL brauner Rohrzucker	1 TL Piment despelette	Meersalz

Für das Fleisch:

Die Schnitzel leicht plattieren und salzen. Parmesan reiben. Eine Panierstraße aus Mehl, Ei und Parmesan bereitstellen und die Schnitzel erst durchs Mehl, dann durchs Ei und zuletzt durch den Parmesan ziehen. In einer Pfanne Butter aufschäumen lassen und das Schnitzel darin goldbraun braten.

Für die Garganelli:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Mehl, Eier und Salz zu einem glatten Nudelteig vermengen. Teig ausrollen und durch eine Nudelmaschine wälzen. In Quadrate schneiden, über den Holz-Stab wickeln und über das Rillbrett drehen, so dass die Garganelli- Form entsteht. Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest kochen und mit einer Schaumkelle herausholen.

Für die Sauce:

Schalotte und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Olivenöl, Schalotte, Knoblauch, Zucker, Piment und Salz anbraten. Auf kleinster Stufe bedeckt für 20 Minuten dimmern lassen. Anschließend mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen und Basilikum, Zitronenabrieb und 1 EL Olivenöl dazugeben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Lohse am 10. August 2018

Lamm

Lamm-Karree, Paprika-Mus, Tapenade, Zucchini, Salat

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

1 Limousin-Lammkarree à 220 g Pflanzenöl grobes Meersalz

Für die Zucchini:

1 Zucchini Olivenöl grobes Meersalz

Für das Mus:

2 rote Paprikas 1 Amalfi-Zitrone, Abrieb 1 Zitrone
 $\frac{1}{4}$ TL Stärke $\frac{1}{4}$ TL brauner Rohrzucker $\frac{1}{4}$ TL Piment d'Espelette
Olivenöl grobes Meersalz Pfeffer

Für die Tapenade:

2 EL Taggiasca-Oliven 2 Zweige Thymian 1 Knoblauchzehe
1 EL Aceto Balsamico $\frac{1}{2}$ TL brauner Zucker Piment-d'Espelette
Olivenöl grobes Meersalz

Für den Salat:

$\frac{1}{4}$ Bund Dill $\frac{1}{4}$ Bund Minze $\frac{1}{4}$ Bund Melisse
4 Stangen Fenchelgrün 2 Bete Mini-Basilikum 4 EL Olivenöl
grobes Meersalz

Für das Fleisch:

Den Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch waschen, trockentupfen, gut salzen und in einer Pfanne mit wenig Öl scharf anbraten.

Das Karree im Ofen etwa 25 Minuten rosa fertig garen.

Für die Zucchini:

Die Zucchini schräg in Scheiben schneiden und mit Olivenöl einreiben. Die Zucchini kräftig salzen und von beiden Seiten in einer Grillpfanne kräftig grillen.

Für das Mus:

Die Paprika waschen, gut abtrocknen und in einer Fritteuse mit Öl etwa 5 Minuten bissfest ausbacken. Die Paprika aus dem Öl nehmen, abtropfen und leicht abkühlen lassen. Die Paprika halbieren, schälen, den Strunk und Scheidewände entfernen und zwei Hälften in einer Moulinette cremig pürieren. Das Püree in einem kleinen Topf aufkochen.

Die übrigen Hälften in kleine Würfel schneiden und zum Püree geben.

Für die Tapenade:

Oliven in einem kleinen Topf mit sprudelndem Wasser kurz vorblanchieren. Die Oliven abgießen und in Eiswasser abschrecken.

Die Oliven mit Thymian, abgezogenem Knoblauch, Balsamico, Zucker, Piment d'Espelette, Olivenöl und Salz in einer Moulinette zu einer cremigen Tapenade mixen.

Für den Salat:

Dill, Minze, Melisse und Fenchelgrün abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden.

Den Mini-Basilikum mit einer Schere schneiden und mit den übrigen Kräutern mischen. Die Kräuter mit Meersalz und Olivenöl marinieren.

Das Karree vom Limousine-Lamm mit Paprikamus, gebratener Zucchini und Kräuter-Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Lohse am 27. April 2018

Salat

Eier-Salat

Für zwei Personen

Für die Eier:

4 Eier

Für das Gemüse:

2 Karotten

1 Sellerie-Knolle

1 Avocado

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

200 g griech. Joghurt

1 Limette

50 g Cashewkerne

1 Bund Koriander

2 TL Mumbai-Curry Gewürz

Olivenöl

Salz

Für die Garnitur:

1 Zweig Koriander

1 EL essbare Blütenblätter

Piment-d'Espelette

Salz

Einen Topf mit Wasser aufsetzen und Eier 5 $\frac{1}{2}$ Minuten kochen.

Für das Gemüse:

Karotten und Sellerie waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden.

Zwiebel und Knoblauch abziehen, klein schneiden und zusammen mit Karotte und Sellerie in Olivenöl sanft anschwitzen. Mumbai-Curry hinzugeben und alles gut miteinander vermengen. Gemüse zwischendurch umrühren. Gemüse von der Kochstelle nehmen, in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.

Koriander abrausen, trockenwedeln und grob hacken.

Cashewkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Anschließend in eine Schale umfüllen und ebenfalls abkühlen lassen.

Griechischen Joghurt zusammen mit dem Gemüse und Koriander in eine große Schüssel geben.

Cashewkerne im Mörser grob zerkleinern und ebenfalls hinzu geben.

Limette andrücken und den Abrieb und Saft über die Masse verteilen. Alles gut miteinander vermengen und mit Salz abschmecken.

Grundmasse etwa 5 Minuten stehen lassen und anschließend in einen Servierteller geben.

Avocado aufschneiden, entkernen und mit dem Löffel in mundgerechte, grobe Stücke schneiden.

Mit etwas Salz und Olivenöl beträufeln und auf dem Salat verteilen.

Eier pellen und mit der Hand aufbrechen, sodass das Eigelb über den Salat zerläuft.

Für die Garnitur:

Eiersalat mit Koriander und Blütenblättern dekorieren. Mit Piment d'espelette und Salz bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Lohse am 10. August 2018

Suppen

Borschtsch-Eintopf

Für zwei Personen

Für den Suppenansatz:

$\frac{1}{2}$ kg Rinderbrust	$\frac{1}{2}$ kg Schweinebauch	$\frac{1}{2}$ Suppenhuhn
1 Knolle Fenchel	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	$\frac{1}{2}$ Staude Sellerie
1 Gemüsezwiebel	2 weiße Zwiebeln	2 Knollen junger Knoblauch
2 L Gemüsefond		

Für die Borschtsch-Einlage:

200 g Rote Bete	200 g Karotten	200 g Mairüben
200 g Lauch	200 g Zwiebeln	$\frac{1}{2}$ Spitzkohl
$\frac{1}{2}$ Bund Dill	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 TL Ascorbinsäure
Olivenöl		

Für die Smetana:

200 g Smetana, naturell	$\frac{1}{2}$ Avocado	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	20 ml Olivenöl	

Für den Suppenansatz:

In einem großen Topf je 2 Litern Wasser und Gemüsefond aufsetzen. Knoblauch, Zwiebeln, Fenchel, Lauch und Sellerie grob zerteilt dazugeben.

Das Fleisch waschen und trockentupfen. Die Rinderbrust und den Schweinebauch 2 Stunden bei niedriger Hitze im Topf kochen. Das Suppenhuhn hinzugeben und eine weitere Stunde mitkochen.

Das Fleisch anschließend aus dem Topf nehmen und mit einer Fleischgabel grob zerrupfen.

Für die Borschtsch-Einlage:

Die Karotten und Mairüben schälen, von den Enden befreien und fein hacken. Den Lauch vom Ansatz und der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln.

Rote Bete schälen und auf einer Vierkantreibe grob reiben.

Den Spitzkohl halbieren und in feine Streifen schneiden.

Die Zwiebeln in einem Topf mit reichlich Olivenöl 2 Minuten anbraten. Karotten, Mairüben, Spitzkohl und Lauch hinzugeben und mitrösten. Etwa 2 Liter des Suppenansatzes angießen. Das zerteilte Fleisch dazugeben und miteinander kräftig aufkochen lassen.

Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Die Kräuter mit der Ascorbinsäure zur Suppe geben, dabei einige Kräuter für die Garnitur beiseitelegen.

Verwenden Sie zur Garnitur von Pürees, Salaten und als Suppeneinlage auch die Stiele der Kräuter. Diese haben nicht nur einen intensiveren Geschmack, sondern sorgen außerdem für einen besonderen Crunch.

Für die Smetana:

Die Avocado halbieren, den Stein herauslösen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herausnehmen. Die Smetana mit einer halben Avocado, Olivenöl und grob geschnittenen Kräutern in einer Moulinette zu einer glatten Creme verarbeiten.

Die Smetana in die Tellermitte einer tiefen Schüssel geben. Den Eintopf aufgießen, mit reichlich Kräutern garnieren und servieren.

Christian Lohse am 28. Juli 2017

Verspäteter Oster-Eintopf à la Lohse

Für zwei Personen

Für den Spargelfond:

1 kg weißer Spargel 500 ml Gemüsefond 3 EL Sojasauce
1 EL feines Salz

Für den Eintopf:

1 Lammleber à 700 g 10 Stangen grüner Spargel ½ vorw. festk. Kartoffel
10 Champignons 2 Baby-Pak-Choi 1 rote Chili
3 Knoblauchzehen 1 Zwiebel 1 Bund Frühlingslauch
2 Limetten ½ Bund Koriander 25 ml Weißweinessig
Olivenöl Salz Pfeffer

Für den Spargelfond:

Den Spargel schälen und die Schalen in Gemüsefond und 500 ml Wasser 10 Minuten aufkochen lassen. Den geschälten Spargel in ein nasses Küchentuch wickeln und gekühlt später anderweitig verwenden.

Den Sud mit Sojasauce und einer kräftigen Prise Salz würzen.

Für den Eintopf:

Die Leber waschen und in kleine Streifen schneiden. Den grünen Spargel dritteln und die holzigen Enden entfernen. Den Pak Choi waschen und Blätter vom Strunk entfernen. Die Pilze mit einer Pilzbürste sorgfältig putzen und vierteln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Leberstreifen in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten und auf einen Teller geben. Die Spargel und Zwiebeln in der Pfanne mit dem Bratensatz ebenfalls scharf anbraten, kräftig salzen und leicht zuckern.

Die Chili im Ganzen und den gehackten Knoblauch zugeben. Fein geschnittene Korianderstiele und Pilze zum Schluss unterrühren. Verwenden Sie bei Kräutern – wenn möglich – auch die Stiele! Denn gerade hier steckt neben reichlich Geschmack auch eine wunderbare Textur für Ihr Gericht drin.

Den Spargelfond in den Topf mit dem gebratenen Gemüse geben, miteinander aufkochen und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Den Frühlingslauch waschen und in grobe Stücke schneiden. Pak Choi zum Eintopf geben. Die Limetten fein reiben, halbieren und den Saft auspressen. Limettenabrieb und -saft zum Eintopf geben.

Die Kartoffel mit Schale in den Eintopf raspeln und kurz aufkochen lassen. Das Lamm hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den verspäteten Ostereintopf auf tiefen Tellern anrichten, mit etwas Koriander garnieren und servieren.

Christian Lohse am 27. April 2018

Vegetarisch

Gemüse, Schmortomaten, Artischocke, Lorbeer-Creme

Für zwei Personen

Für die Schmortomaten:

4 mittelgroße Tomaten $\frac{1}{4}$ TL Piment-d'Espelette 1 TL brauner Zucker
3 EL Olivenöl Salz

Für das gedünstete Gemüse:

6 Mini-Karotten mit Grün 3 Mini-Fenchel mit Grün 2 Mini-Zucchini
1 Staude Sellerie 1 Stängelkohl 3 dicke Frühlingszwiebeln
2 Zehen franz. Knoblauch 75 ml franz. Mineralwasser 1 TL brauner Zucker
1 Lorbeerblatt Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Lorbeercreme:

200 ml Milch 3 Lorbeerblätter 1 festk. Kartoffel
1 kleiner Lauch 4 weiße Champignons 1 Amalfizitrone, Abrieb
1 TL Stärke 2 EL Butter

Für die Artischocken:

2 Artischocken 2 Zehen franz. Knoblauch Salz

Für die Zwiebel-Vinaigrette:

1 süße ital. Zwiebel 3 dicke Frühlingszwiebeln 1 Amalfizitrone, Filets
1 Bund Fenchelgrün 50 ml Weißweinessig 25 g brauner Zucker
1 TL Senfsaat 30 ml Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Stange Meerrettich 4 Zweige Thymian 4 Zweige Dill
4 Zweige Basilikum 4 Zweige Melisse

Für die Schmortomaten:

Den Ofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

In einem großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen. Die Tomaten in heißem Wasser blanchieren, herausnehmen und abziehen. Die Tomaten mit Piment d'Espelette, Zucker, Olivenöl und Salz marinieren. Auf ein Blech legen und in den Ofen geben. Austretenden Saft der Tomaten aufbewahren.

Für das gedünstete Gemüse:

Karotten waschen und putzen. Fenchel waschen, vom Strunk schneiden und achteln. Stängelkohl waschen, der Länge nach halbieren und je nach Größe ebenfalls vierteln. Bleichsellerie kleinschneiden. Zucchini waschen und ebenfalls der Länge nach halbieren.

Frühlingszwiebeln etwas oberhalb des hellgrünen abschneiden und einen kleinen Wurzelansatz daran lassen. Dunkelgrünes beiseite tun. Knoblauch abziehen und andrücken.

Gemüse mit Olivenöl, Salz und Zucker marinieren und kurz ziehen lassen. Cima di Rapa bei sehr starker Hitze von beiden Seiten in einem Bräter anbraten. Hitze reduzieren und Olivenöl, Zwiebeln, angedrückten Knoblauch und Lorbeer dazugeben.

Fenchel, Karotte und Sellerie in den Bräter legen und mit französischem Mineralwasser ablöschen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Backpapier auf die Größe des Bräters zuschneiden, auf das Schmorgemüse legen und im Ofen garen.

Für die Lorbeercreme:

Milch und Lorbeer in einem kleinen Topf aufkochen und 15 Minuten ziehen lassen. Milch durch ein Sieb geben und auffangen.

Kartoffel schälen und fein würfeln. Lauch und Champignons putzen und würfeln. Kartoffeln, Lauch und Champignons in aufgeschäumter Butter hellbraun anschwitzen, salzen, mit der Lorbeermilch ablöschen und mit Stärke cremig binden.

Mit Abrieb der Amalfizitrone abschmecken.

Für die Artischocken:

In einem Topf reichlich Öl auf 170 Grad erhitzen.

Die Artischockenböden am Stiel flach abbrechen, großzügig die äußeren Blätter entfernen und die Artischocken parallel zum Boden halbieren. Das Heu aus den Hälften mit einem Parisienne-ausstecher herausnehmen. Die Böden in einer Schüssel mit Zitronenwasser stehen lassen, damit sie sich nicht verfärben. (Dieser Schritt wird vorab von der Requisite erledigt!) Die Artischockenböden auf einem V-Hobel in feine Scheiben hobeln.

Angedrückten Knoblauch und einige Artischocken-Scheiben in einer Fritteuse goldgelb frittieren und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für die Zwiebel-Vinaigrette:

Zwiebel abziehen und in $1\frac{1}{2} \times 1\frac{1}{2}$ cm große Blättchen schneiden.

Aus 25 ml Essig, 25 ml Wasser, 25 g Zucker, Salz und Senfkörnern einen Sud aufkochen und die Zwiebeln darin ziehen lassen. Die Zitrone schälen und filetieren. Das dunkelgrüne der Frühlingszwiebeln und Fenchel fein schneiden.

Zwiebeln in ihrem Sud mit Essig, Olivenöl, Zitronenfilets, Lauchzwiebeln, etwas Saft der Schmortomaten, Fenchel-Fingern und -Grün sowie Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Thymian, Dill und Melisse abrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken. Basilikum abrausen und trockenwedeln.

Den Meerrettich schälen und mit einem scharfen Messer hauchdünne Späne abschneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Kräutern und Meerrettich garnieren und servieren.

Christian Lohse am 13. Juli 2018

Senior pomidor

Für zwei Personen

Für die Tomaten:

10 reife, wilde Tomaten $\frac{1}{2}$ TL Zucker $\frac{1}{2}$ TL Piment-d'Espelette
Salz

Für das Püree:

2 Mirinda-Tomaten 50 g Abschnitte der Tomaten $\frac{1}{2}$ TL Zucker
 $\frac{1}{2}$ TL Piment-d'Espelette 3 EL Olivenöl Salz

Für die Mayonnaise:

100 ml kaltgepr. Pflanzenöl 1 Ei, Eigelb 1 Zitrone, Saft
1 TL Dijonsenf $\frac{1}{4}$ TL Zucker 1 Prise grobes Meersalz

Für die Garnitur:

3 Zweige Estragon 3 Zweige Melisse

Für die Tomaten:

Die Tomaten waschen, vom Strunk befreien und von Deckel und Boden befreien. Die Abschnitte zu Seite legen. Auf einen Teller Salz, Zucker und Piment d'Espelette verteilen und die Tomaten darauf setzen. Kräftig von oben würzen.

Etwa 20 Minuten bei Raumtemperatur stehen lassen.

Für das Püree:

Die Mirinda-Tomaten waschen, vom Strunk befreien und vierteln. Die Tomaten mit den Abschnitten, Zucker, Piment d'Espelette und Salz in der Moulinette kräftig aufmixen.

Das Tomatenpüree mit Olivenöl vermengen, salzen und pfeffern. Geben Sie Olivenöl immer erst zum Schluss zu Ihren Gerichten im Küchenmixer, da es sonst schnell dazu neigt, bitter zu werden.

Für die Mayonnaise:

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Ei, Zitronensaft, Senf und Salz in einer Schüssel mit einem Schneebesen cremig verrühren.

Das Öl in einem dünnen Strahl unter ständigem Rühren dazugeben und die Mayonnaise zu einer homogenen Creme aufschlagen.

Für die Garnitur:

Estragon und Melisse abbrausen, trockenwedeln und zupfen.

Das Tomatenpüree auf einem tiefen Teller anrichten, einige Tomaten auf dem Püree verteilen und mit einigen Esslöffeln Mayonnaise und Kräutern garniert servieren.

Christian Lohse am 13. Juli 2018

Spargel mit Morcheln und Erbsen

Für vier Personen

Für Spargel und Morcheln:

1 Gemüsezwiebel	12 Stangen weißen Spargel	120 g frische Morcheln
1 Handvoll Erbsen	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
Salz	Zucker	½ Bund Schnittlauch
Butter	Kerbel	

Für die Erbsen:

200 ml Milch	fein geschnitt. Knoblauch	100 g Erbsen
Butter	Salz	Zucker
Haselnussöl	3-4 Scheiben Toastbrot	Butter
Knoblauch	1 Zitrone	Walnussöl
Salz	Zucker	1 Handvoll Enoki-Pilze
Kerbel	Bärlauchspitzen	Kapuzinerkresse
Olivenöl		

Für Spargel und Morcheln:

Die Zwiebel in halbe Ringe schneiden und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen.

Den Spargel schälen - drei Stangen zurücklegen - in Stücke schneiden, zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und salzen und zuckern.

Die geputzten Morcheln mit den Erbsen zu den Zwiebeln und dem Spargel geben und kurz mitdünsten. Mit etwas Wasser und Butter binden und nach Geschmack mit Salz, Zucker, Knoblauch und Zitronensaft abschmecken.

Den Schnittlauch in dünne Ringe schneiden und mit etwas Kerbel zu dem Spargel-Morchel-Frikassee geben.

Für die Erbsen:

Die Milch mit dem Knoblauch (Menge nach Gefühl und Geschmack) und den Erbsen aufkochen und mit Salz und Zucker würzen. Anschließend mixen und passieren.

Das Ganze mit Butter und Haselnussöl leicht montieren. Das Toastbrot in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit reichlich Butter und etwas Knoblauch anrösten.

Nun den zurückgelegten Spargel in Stücke schneiden und in Zitronensaft und -abrieb, Salz, Zucker und Walnussöl roh marinieren.

Die Enoki Pilze mit etwas Kerbel mischen und salzen, die Bärlauchspitzen mit Öl und Salz würzen.

Das Spargel-Morchel-Frikassee in einem tiefen Teller anrichten, den rohmariinierten Spargel und die Enoki Pilze darüber geben und mit der Erbsensoße begießen. Mit den Bärlauchspitzen und etwas Kapuzinerkresse dekorieren.

Christian Lohse am 24. Juni 2017

Vietnamesische Sommer-Rolle mit süßscharfer Chili-Soße

Für 4 Personen

8 Stück Reisblätter	2 Pakete Enoki	100 g Sojasprossen, frisch
1 China Möhre	1 Bund Daikon Kresse	1 Bund Mizuna
1 Bund Koriander	2 EL Sesam, hell und geröstet	1 EL Ingwer-Saft
1 EL Sesamöl	1 EL Weißweinessig	100 g hot Chili Soße
1 EL Frühlingszwiebel	Salz	Maldon-Sea-Salt

Die Wurzeln des Enoki abschneiden. Die China Möhre schälen und in feine Scheiben hobeln. Sojasprossen, China Möhre, Daikon Kresse, Mizuna, Koriander und Enoki miteinander vermengen. Mit einem Esslöffel Sesam, Ingwersaft, Sesamöl und Salz würzen. Reisblätter blattweise der Packung entnehmen. Mit einem Pinsel mit Wasser leicht befeuchten, mit der Füllung belegen, rollen und schräg aufschneiden und auf Tellern anrichten. Die Chili Soße mit Weißweinessig und Maldon Sea Salt würzen. Einen Esslöffel Sesam und in feine Röllchen geschnittenen Frühlingszwiebel hinzugeben. In einem kleinen Schälchen separat servieren.

Tipp:

Für die Dekoration eignen sich gelbe und blaue Stiefmütterchen.

Christian Lohse am 04. Juli 2008

Vorspeisen

Bresse Taube Borschtsch mit Koriander-Smetana

Für 6 Personen

Für das Gemüse:

12 Mini-Rote-Beete 12 Mini-Navette 12 Mini-Karotten
Öl, Pyramidensalz Pfeffer, Zucker

Für die Tauben:

6 Bresse Tauben Olivenöl Butter
Pyramidensalz, Pfeffer

Für das Borschtsch:

1 Gemüsezwiebel 2 Rote Bete, halbiert 1 Knoblauchkopf, halbiert
1 Karotte 1 Navette 1 g Ascorbinsäure
Zucker Pfeffer $\frac{1}{2}$ Spitzkohl
Rote-Bete-Blätter Zitrone 1 Bund Koriandergrün
 $\frac{1}{2}$ Bund Dill

Für das Koriandersmetana:

250 g Smetana (20 %) 1 überreife Avocado Ascorbinsäure
Zucker $\frac{1}{2}$ Bund Dill 1 Bund Koriander
Olivenöl Essblüten

Zutaten für 6 Personen Das Gemüse mit Öl, Salz, Pfeffer und Zucker vermengen und im Ofen für 15 bis 20 Minuten etwas mehr als bissfest garen.

Für die Tauben:

Zunächst die Tauben zerlegen in Brust, Keulen und Innereien (eventuell bereits zerlegt kaufen).

Für das Borschtsch:

Die Taubenkarkassen säubern und mit Wasser aufkochen (Verhältnis 1 kg Karkassen zu 2 Liter Wasser). Zusammen mit der Gemüsezwiebel, Rote Bete, dem Knoblauchkopf, der Karotte, der Navette, der Ascorbinsäure, einer Prise Zucker und zerstoßenem schwarzen Pfeffer aufkochen und 20 Minuten ziehen lassen.

Den Spitzkohl in feine Streifen schneiden mit den kleinen Blättern von der Roten Bete vermischen. Zusammen mit etwas Zitronensaft, Salz, Olivenöl, Dill und Koriander vermengen und mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.

Nun die Taubenbrust und die Keulen würzen und in Pflanzenfett rosa braten.

Taubenherz und Leber würzen und in schäumender Butter rosa braten.

Für das Koriandersmetana:

In einem Multizerkleinerer eine überreife Avocado mit Smetana, Salz, einer Prise Ascorbinsäure, Zucker, grob gehacktem Dill und Koriander mixen und mit Olivenöl vermengen.

Das gedämpfte Gemüse auf einem Teller anrichten. Die Taubenbrüste, Keulen und Innereien darauf legen. Die Koriandersmetana in Kleksen dazwischen setzen und mit Essblüten dekorieren.

Christian Lohse am 17. März 2018

Lauch-Vinaigrette mit Cashew-Kernen

Für 4 Personen

Für den Lauch:

6 Stangen Lauch 1 Bund Frühlingszwiebeln

Für das Lauchstroh:

1 Stange Lauch Sonnenblumenöl

Für die Vinaigrette:

Olivenöl Rotweinessig Dijon-Senf, fein

Pyramidensalz brauner Rohrzucker Wasser

Knoblauch, gerieben

Für die Cashewkerne:

Zucker 200 g Cashewkerne 1 Bund Schnittlauch

Für den Lauch:

Den Lauch putzen, die ersten beiden Schichten ablösen und in etwa 15 cm lange Stücke schneiden. Nun den Lauch in gesalzenem Wasser blanchieren.

Die Frühlingszwiebel putzen und schmutziges vom Grün abschneiden. Zu dem Lauch geben und ebenfalls blanchieren.

Anschließend den Lauch und die Frühlingszwiebel in einem Tuch ausdämpfen.

Für das Lauchstroh:

Von der geputzten Lauchstange das Weiße in sehr feine Streifen schneiden und in reichlich Öl bei eher niedriger Temperatur frittieren.

Anschließend bei 50 Grad im Ofen trocknen lassen.

Für die Vinaigrette:

Aus dem Öl, Essig, Senf, Salz, Zucker, Wasser und geriebenem Knoblauch nach Gefühl und Geschmack eine Vinaigrette anrühren.

Für die Cashewkerne:

Zucker dunkel karamellisieren lassen (auf 150 Grad) und die Cashewkerne dazugeben, bis sie mit einer Karamellschicht überzogen sind. Die karamellisierten Cashewkerne z.B. mit einem Nudelholz grob zerkleinern.

Von dem blanchierten Lauch und den Frühlingszwiebeln eventuell harte äußere Blätter entfernen. Den Lauch der Länge nach halbieren und auf einem Teller anrichten. Die Frühlingszwiebeln quer darüber legen. Die Vinaigrette darüber geben und das Ganze mit Lauchstroh und Schnittlauchröllchen garnieren.

Christian Lohse am 20. Januar 2018

Spargel-Creme-Suppe mit Garnelen-Cakes

Für zwei Personen

Für die Suppe:

250 g weißer Spargelbruch	2 Stangen weißer Spargel	1 Zitrone (Saft)
250 g Sahne	15 g Mehl	60 g Butter
Zucker	Tabasco	1 TL Sesamöl
Salz		

Für die Garnelen-Cakes:

100 g Riesengarnelen	100 g grünen Speck	1 Bund Koriander
$\frac{1}{4}$ Thai-Chili	1 EL Sesamöl	50 g brauner Rohrzucker
Panko-Paniermehl	1 EL Sojasauce	neutrales Pflanzenöl
Salz		

Für die Garnitur:

1 lila Hornveilchen

Für die Suppe:

Den Spargelbruch mit 500 ml Wasser, Salz und Zucker in einem Topf einmal aufkochen lassen, 10 Minuten ziehen lassen und anschließend passieren. Butter in einem Topf schaumig werden lassen, Mehl mit einem Schneebesen einrühren und sofort mit dem heißem Spargelfond und der Sahne ablöschen. Mit Salz und Zucker würzen, einmal aufkochen und 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend durch ein feines Sieb passieren, mixen und mit etwas Zitronensaft und etwas Tabasco abschmecken.

Die Spargelstangen schälen und in feine Rauten schneiden. Mit Salz Zucker, Zitronensaft und etwas Sesamöl marinieren.

Für die Garnelen-Cakes:

Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Den Thai-Chili längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und in hauchdünne Streifen schneiden.

Garnelen und grünen Speck in einer Moulinette zerkleinern, die Masse in eine Schüssel geben und mit Koriander, Sesamöl, Rohrzucker und Thai- Chili vermengen und mit Sojasauce und Salz abschmecken.

Aus der Masse talergroße, fingerdicke Küchlein formen, in Panko- Paniermehl wenden und in einer Pfanne mit Öl goldbraun frittieren. Innen glasig lassen.

Für die Garnitur:

In tiefen Tellern Spargel anrichten, darauf zwei oder drei Garnelen-Cakes setzen, mit etwas Öl begießen und mit einem lila Hornveilchen dekorieren. Die Spargelcreme-Suppe in einen Ausgießer zum selber vorlegen servieren.

Christian Lohse am 28. April 2017

Wan-Tan-Suppe

Für 4 Personen

Für die Suppe:

1 l Gemüsebrühe, kalt	1 l Fleischbouillon	2 Zwiebeln
Ingwer	2 Stängel Zitronengras	Sternanis
Zimt	Piment	Chili

Für die Wan Tan:

150 g Fleischbrät (Schwein)	4 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittknoblauch,
Salz, Pfeffer	Sojasauce	Sesamöl
Wan-Tan-Blätter		

Für das Gemüse:

1 Schale Enoki	1 Schale Shiitake	1 Schale Shimeji
1 Bund Frühlingslauch	Koriandergrün	1 Schale Sojasprossen
2-3 Mini Pak Choi	2 Karotten	

Für die Suppe:

Das Fett von der kalten Gemüsebrühe abnehmen und in eine Pfanne geben. Darin die klein geschnittene Zwiebeln, Ingwer, Zitronengras, Sternanis, Zimt, Piment und Chili erhitzen. Mit der Brühe und Bouillon aufgießen, abschmecken und ziehen lassen.

Für die Wan Tan:

Aus Fleischbrät, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Sojasauce, Schnittknoblauch und Sesamöl eine Masse herstellen.

Die Wan Tan Blätter einölen und mit der Fleischmasse befüllen. Nun die Wan Tans in die Brühe geben und darin gar ziehen lassen.

Für das Gemüse:

Die Pilze und das Gemüse klein schneiden und die Karotten reiben. Alles in eine große Schale füllen und die fertigen Wan Tans darauflegen. Mit der Gemüsebrühe aufgießen.

Zum Anrichten mit einer Kelle jeweils etwas Gemüse, Wan Tans und Brühe in kleine Schalen füllen.

Christian Lohse am 04. November 2017

Wurst-Schinken

Kochschinken-Pfannkuchen mit Mayonnaise-Kartoffel-Salat

Für 4 Personen

Für den Kartoffelsalat:

4-6 mehlig. Kartoffeln	$\frac{1}{2}$ Glas Senf	2-3 Eigelb
$\frac{1}{2}$ l Sonnenblumenöl	Sea Salt (Pyramidensalz)	Pfeffer
Geflügelbrühe	1-2 Zwiebeln	1 Bund glatte Petersilie
Cornichons		

Für die Pfannkuchen:

8-10 Scheiben Kochschinken	250 g Mehl	500 ml Milch
4 Eier	Butter	

Für die Zwiebelringe:

2-3 Zwiebeln	Butter, Zucker	Salz, Pfeffer
--------------	----------------	---------------

Für den Kartoffelsalat:

Die Kartoffeln kochen, abgießen und schälen.

Den Senf (Menge nach Geschmack) zu den Eigelben geben und gut durchrühren. Das Ganze mit Sonnenblumenöl aufgießen, mit dem Schneebesen aufschlagen und nach Geschmack mit der Geflügelbrühe würzen.

Die Zwiebeln, die Cornichons und die Petersilie klein und die Kartoffeln in Scheiben schneiden, in die Mayonnaise geben und vermengen.

Für die Pfannkuchen:

Das Mehl mit der Milch mixen und im Anschluss die Eier unterrühren. Die Zutaten so dosieren, dass die Konsistenz des Pfannkuchenteiges recht flüssig ist.

Den Kochschinken durch den Teig ziehen und in einer Pfanne in reichlich Butter ausbacken.

Für die Zwiebelringe:

Die Zwiebeln in grobe Ringe schneiden und in einer Pfanne mit Butter, Zucker, Salz und Pfeffer anrösten.

Die Pfannkuchen und den Mayonnaise-Kartoffelsalat auf einem Teller anrichten und mit den Zwiebelringen belegen.

Christian Lohse am 11. November 2017

Index

Ananas, 6
Aprikosen, 4
Artischocke, 32
Avocado, 9, 26, 28, 38

Biskuit, 6
Bohnen, 10
Borschtsch, 28
Bratklops, 18

Creme, 3–5

Eier, 26
Eintopf, 28, 29
Eis, 3
Erbsen, 35

Fenchel, 24
Filet, 20
Fisch-Filet, 11, 12
Fleisch, 28, 29, 41

Garnelen, 40
Geflügel, 28

Himbeeren, 4

Kabeljau-Filet, 9
Kalb, 18
Kalb-Schnitzel, 21
Karree, 24
Kartoffel, 32
Kartoffeln, 29
Kuchen, 2

Lachs, 12

Möhren, 14, 15, 36, 41
Mandeln, 4
Mango, 6
Mascarpone, 6

Nudeln, 21

Pak-Choi, 29

Paprika, 24
Peterfisch, 11, 12
Pfannkuchen, 2
Piccata, 21
Pilze, 11, 12, 20

Räucherfisch, 8, 10
Rüben, 9, 28
Reis, 12
Rind, 28

Salat, 44
Schinken, 44
Schwein, 18
sonstige, 34, 39
Spargel, 40
Speck, 40
Spinat, 8
Stubenküken, 14

Tiramisu, 6

Vegan, 36