

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Amateur: Meer

2014-2017

123 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 21. Oktober 2022.

Inhalt

Ananas-Garnelen-Pfanne, Limetten-Reis, Maracuja-Smoothie	1
Bandnudeln mit Jakobsmuscheln und Safran-Soße	2
Bandnudeln mit Zitronen-Soße und Garnelen	3
Black Tiger Prawn mit Grünkohl-Granatapfel-Salat	4
Calamaretti mit Gurkennudeln, Chili-Knoblauch-Paste	5
Calamari, Reis-Füllung, Basilikum-Butter auf Salat-Bett	6
Calamari-Wrap mit Tomaten-Salat	7
Carpaccio von Jakobsmuschel, Garnele, Karotten-Confit	8
Champignon-Risotto in Parmesan-Schale, Riesen-Garnelen	9
Chili-Garnelen, Schoten-Salat, Honig-Soße, Bohnen-Püree	10
Chili-Penne mit Garnelen-Spießen, Tomaten und Feldsalat	11
Couscous-Salat mit gebratenen Garnelen und Safran-Soße	12
Dreierlei von der Auster	13
Dreierlei von der Jakobsmuschel	14
Dreierlei von der Jakobsmuschel	15
Exotische Paella	16
Fettuccine, Kirschtomaten, Calamaretti, schwarze Soße	17
Flusskrebs-Ravioli mit Safran-Schaum und Bärlauch	18
Frisée-Salat, Jakobsmuscheln, Apfel, Honigkuchen-Crunch	19
Frittierte Garnelen mit Zitronen-Mayo, Glasnudel-Salat	20
Garnelen im Reis-Mantel mit Papaya-Salat	21
Garnelen in Kokos-Milch mit frittiertem Maniok	22
Garnelen in Tomaten-Soße mit Brokkoli und Brot	23
Garnelen in Tomaten-Soße, Feta, Ciabatta, Ouzo-Cocktail	24
Garnelen in Tortellini, Rinderfilet-Streifen mit Spinat	26

Garnelen mit Orangen-Walnuss-Pasta und Feldsalat	27
Garnelen mit Tomaten-Weißwein-Soße und Brot	28
Garnelen-Curry in der Kokosnuss-Schale	29
Garnelen-Curry mit indischem Fladenbrot (Naan)	30
Garnelen-Pfanne mit Baguette und Aioli	31
Garnelen-Potsticker, Spitzkohl-Ananas im Zitronengras-Sud	32
Garnelen-Ravioli mit Safran-Schaum und Wurzel-Gemüse	34
Garnelen-Spieß mit Glasnudel-Papaya-Gurken-Salat	35
Garnelen-Spieße mit Walnuss-Pesto, Mango-Avocado-Salat	36
Gazpacho, Muscheln in Tomaten-Soße, Garnelen, Sardinen	37
Gebratene Cognac-Garnelen mit Tomaten-Risotto	38
Gebratene Garnelen in Orangen-Weißbier-Soße mit Reis	38
Gebratene Garnelen mit Risotto und Blattspinat	39
Gebratene Jakobsmuscheln mit Zitrone und Ingwer	39
Gefüllte Krabben-Conchiglioni auf gegrillter Paprika	40
Gefüllte Sepia mit Steinpilz-Risotto und Vanille-Butter	41
Gefüllter Kopfsalat mit Krabben und Avocado	42
Gnocchi mit Garnelen-Trüffel-Kräuter-Soße	42
Gratinierte Jakobsmuscheln mit zweierlei Risotto	43
Griechische Risoni-Pfanne mit Garnelen und Tomaten-Soße	44
In Kokosmilch-Sud gegarte Jakobsmuscheln, Glasnudel-Salat	45
Insalata di conchiglie auf Mini-Zucchini mit Bruschetta	46
Jakobsmuschel auf Fenchel-Safran-Gemüse	47
Jakobsmuschel mit Zitronen-Butter, Sesam-Kohlrabi, Linsen	48
Jakobsmuschel trifft Chorizo mit mediterranem Gemüse	49
Jakobsmuschel, Garnele, Wermut-Soße, Suppe, Tatar	50
Jakobsmuschel-Saltimbocca, Garnelen und Sepia-Tuben	52
Jakobsmuschel-Tatar und Nordseekrabben-Apfel-Salat	53
Jakobsmuscheln auf Beluga-Linsen und Nordsee-Krabben	54
Jakobsmuscheln im Speck-Mantel mit Linsen, Vanille-Soße	55
Jakobsmuscheln in Gänseschmalz, Karotten, Kartoffel-Püree	56
Jakobsmuscheln mit Avocado-Mango-Salat und Baguette	57

Jakobsmuscheln mit Chili-Vanille-Butter, Kürbis-Püree	58
Jakobsmuscheln mit Kohlrabi-Mus und Kokos-Vanille-Schaum	59
Jakobsmuscheln, Garnelen mit Reis-Nudeln, Mango-Chutney	60
Jakobsmuscheln, Pinienkern-Lauch-Polenta, Tomaten-Salsa	61
Jakobsmuscheln, Rosinen-Gemüse-Couscous, Knoblauch-Dip	62
Jakobsmuscheln, Thymian-Butter, Kohlrabi, Beluga-Linsen	63
Kaisergranat, Garnele und Jakobsmuschel mit Guacamole	64
Kartoffel-Stampf im Alu-Päckchen mit Nordseekrabben	65
Kastilische Paella mit Meeresfrüchten, Hähnchen-Flügeln	66
Knusper-Garnelen auf süß-scharfem Gemüse und Glasnudeln	67
Krabben in Curry-Soße mit Kräuter-Reis	68
Kresse-Risotto mit Riesen-Garnelen und grünem Spargel	68
Labskaus mit Jakobsmuschel und Wachteleiern	69
Lachs, Kaisergranat, Hummer in Raviolo, Espuma, Lauch	70
Lady Mary's Crab Canapés mit Aperitif	71
Linguine mit Venusmuscheln	72
Mar y tierra von Jakobsmuschel, Chorizo, Kartoffel-Herzen	73
Meeresfrüchte-Pastetli	74
Meeresfrüchte-Quinotto, Jakobsmuscheln, Algen-Mayonnaise	75
Meeresfrüchte-Ravioli, Zucchini, Zitronengras-Soße	76
Meeresfrüchte-Risotto	77
Miesmuscheln mit Bauern-Baguette und Bier-Soße	77
Miesmuscheln mit Dips, Blätterteig-Stangen und Tomaten	78
Miesmuscheln mit Sellerie-Butter und Schwarzbrot	80
Mini-Oktopusse in Calvados-Sahne-Soße mit Gemüse	81
Mofongo mit Garnelen im Safran-Sud	82
Muschel-Risotto mit Garnele und Basilikum-Pesto	83
Muscheln, Schnecken, Riesen-Garnelen, Safran-Paprika-Sud	84
New Orleans BBQ-Shrimps mit Buttermilch-Gebäck	85
Paella	86
Paella	87
Pasta, Riesengarnelen, Rucola, Kirschtomaten, Parmesan	88

Pfifferling-Risotto mit Jakobsmuscheln, Parmesan-Schaum	89
Poké-Bowl, Garnelen, Lachs-Sashimi, Granatapfel, Salat	90
Raviolo mit Kärntner Kartoffel-Krapfen-Füllung, Butter	91
Riesen-Garnelen in Honig-Senf-Marinade, Kartoffel-Püree	92
Riesen-Garnelen in Kokos-Limetten-Soße mit Bandnudeln	93
Riesen-Garnelen mit Beluga-Linsen und gebratenen Tomaten	94
Riesen-Garnelen mit Spaghettini in Zitronen-Soße	95
Riesen-Garnelen, Fregola sarda, Schalentier-Safran-Schaum	96
Riesen-Garnelen, Radicchio-Safran-Risotto, Gurken-Salat	97
Riesen-Garnelen, Safran-Risotto, Orangen-Sahne-Soße	98
Riesen-Garnelen-Saganaki mit Zitronen-Senf-Soße	99
Riesengarnelen mit Riesling-Risotto und Sommer-Salat	100
Riesengarnelen-Sushi mit philippinischem Glasnudel-Salat	101
Risotto mit Garnelen und Spinat	102
Risotto mit gebratenen Jakobsmuscheln und Chorizo-Würfeln	102
Rotes Thai-Curry mit Riesen-Garnelen und Cashew-Kernen	103
Rotes Thai-Curry mit Udon-Nudeln, White Tiger Garnelen	104
Süßkartoffel-Mango-Pfanne mit Garnelen und Kokosmilch	106
Safran-Risotto mit Garnelen und Rucola-Pesto	107
Schmorgurken mit Flusskrebse und geröstetem Blumenkohl	108
Schwarze Tagliolini mit Meeresfrüchte-Tomaten-Soße	109
Selbstgemachte Fusilli alle vongole mit Kapern	110
Spargel-Risotto mit Sesam-Garnele und Sauce béarnaise	111
Spinat, Kartoffeln und Eier mit Nordseekrabben	112
Spinat-Linsen-Topf mit Jakobsmuscheln und Quark-Brötchen	113
Tagliatelle mit Garnelen, Artischocken, Tomaten	114
Tagliatelle mit Garnelen, Mango und Walnüssen	115
Tomaten-Scampi-Pfanne mit Bandnudeln	115
Tomatisiertes Risotto mit Garnelen	116
Würzige Teriyaki-Garnelen mit Reis	117
Ziegenkäse-Risotto, Spargel, Erbsen, Minze, Garnelen	118
Zitronen-Risotto mit Hummer und Wildkräuter-Salat	119
Zitronen-Risotto, Büffelmozzarella, Black Tiger Prawns	120
Zucchini-Nudeln mit Miesmuschel-Soße	121

Ananas-Garnelen-Pfanne, Limetten-Reis, Maracuja-Smoothie

Für zwei Personen

Für die Garnelen-Pfanne:

4 Riesengarnelen	$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika	$\frac{1}{2}$ rote Paprika
$\frac{1}{2}$ grüne Paprika	$\frac{1}{2}$ Schote Chili	2 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	1 Ananas	1 Zitrone
4 EL Pflanzenöl	1,5 EL brauner Zucker	1 EL Cajun Gewürz
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für den Limetten-Reis:

200 g Jasminreis	$\frac{1}{2}$ Limette	1 Lorbeerblatt
Salz		

Für den Maracuja-Smoothie:

2 Maracujas	1 Banane	1 Orange
200 ml Orangensaft	1 EL Ahornsirup	200 ml Maracujasaft
1 Zweig Minze		

Für die Ananas-Garnelen-Pfanne:

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, von Darm und Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Schalotten und Knoblauch abziehen, Schalotten in feine Ringe schneiden und Knoblauch klein hacken. Paprikaschoten waschen, schälen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Zesten von der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten, Paprikastreifen und Knoblauch zugeben und etwa 2 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und zur Seite stellen. Eine weitere Pfanne erhitzen und darin 2,5 EL Wasser mit dem Zucker bei mittlerer Temperatur langsam einkochen lassen. Ananas halbieren und das Fruchtfleisch rausschneiden. Nach 2 Minuten die Hälfte der Ananasstücke hinzugeben und diese karamellisieren lassen, bis sie eine goldgelbe Farbe annehmen, dann zu den Paprikastreifen geben. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen bei reduzierter Temperatur für 1 Minute anbraten. Mit dem Cajungewürz, etwas Salz und Pfeffer würzen und mit 1 EL Zitronensaft ablöschen. Die Garnelen mit dem Sud zu dem Paprika-Ananas-Gemüse geben und mit frisch geriebenem Muskat würzen.

Für den Limetten-Reis:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Lorbeerblatt hinzufügen. Limette halbieren und den Saft auspressen. Reis im Topf aufkochen lassen. Limettensaft hinzugeben.

Für den Maracuja-Smoothie:

Die Maracujas halbieren und mit einem Löffel das Fruchtfleisch herausholen. Banane und Orange schälen. Alles zusammen in den Mixer geben, durchmischen und anschließend durch ein Sieb passieren. Mit Ahornsirup, Maracuja- und Orangensaft abschmecken und in Gläser füllen. Mit einem Minzblatt garnieren.

Kreolische Ananas-Garnelen-Pfanne in einer halben Ananas auf Tellern anrichten, Limetten-Reis daneben drapieren. Maracuja-Smoothie in Gläsern mit 2 kurzen Trinkhalmen anrichten und zusammen servieren.

Elvira Müller am 14. Juni 2017

Bandnudeln mit Jakobsmuscheln und Safran-Soße

Für zwei Personen

Für die Pasta:

250 g Mehl	100 g Hartweizen	3 Eier
1 EL Olivenöl	1 Prise Salz	

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln	4 EL trockener Weißwein	1 EL Olivenöl
weißer Pfeffer	Salz	

Für die Safransauce:

1 g Safranpulver	$\frac{1}{2}$ Zucchini	1 Schalotte
250 ml Weißwein	3 EL Anisschnaps	150 g Sahne
1 EL Butter		

Für die Pasta in einem Topf Wasser zum Kochen bringen und salzen. Das Mehl, den Hartweizen und das Salz in einer großen Schüssel vermengen und in der Mitte eine Mulde formen. In diese die Eier und das Olivenöl geben und alles zu einer krümeligen Masse vermischen. Anschließend den Teig mit den Handballen zuerst in der Schüssel, dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche weiter kneten, bis der Teig elastisch ist und glänzt. Dabei sollte der Teig nicht an den Händen kleben. Ist der Teig noch etwas zu trocken, etwas Wasser hinzufügen. Den Nudelteig in Frischhaltefolie gewickelt kurz ruhen lassen. Anschließend mit der Nudelmaschine zu Bandnudeln verarbeiten. Diese anschließend im Salzwasser zwei Minuten kochen.

Für die Sauce die Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Butter in einer Pfanne schmelzen und die Schalotte darin unter Wenden glasig dünsten. Den Weißwein hinzufügen und auf die Hälfte einkochen. Den Anisschnaps und die Sahne hinzufügen und auf ein Drittel einkochen. Den Safran einrühren. Die Zucchini waschen und mit einem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden. Die Streifen eine Minute vor Ende der Garzeit der Sauce hinzufügen und mit garen.

Für die Jakobsmuscheln diese waschen, gut trocken tupfen und salzen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Muscheln von jeder Seite eineinhalb Minuten braten. Anschließend herausnehmen und mit dem Pfeffer würzen. Den Bratensatz mit dem Weißwein ablöschen und in die Safransauce rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pasta mit den Jakobsmuscheln und der Safransauce auf Tellern anrichten und servieren.

Verena Leister am 08. Juli 2015

Bandnudeln mit Zitronen-Soße und Garnelen

Für zwei Personen

12 Riesen-Garnelen	1 rote Chilischote	40 g Schalotten
3 Zehen Knoblauch	1 eingelegte Salzzitrone	2 Eier
50 g Butter	200 g Mehl	200 ml Wermut
200 ml Schlagsahne	50 ml Limoncello	6 Zweige glatte Petersilie
2 TL Kurkuma	30 g Mandelsplitter	3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Für den Nudelteig das Mehl auf der Arbeitsfläche verteilen und einen Haufen bilden. In die Mitte eine Vertiefung drücken und die Eier in die Vertiefung geben. Etwas Kurkuma und eine Prise Salz dazugeben. Das Ganze zu einem Teig kneten und diesen anschließend ruhen lassen. Für die Sauce die Schalotten abziehen und in kleine Stücke schneiden. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Schalotte darin glasig andünsten. Den Wermut und die Hälfte der eingelegten Salzzitrone dazugeben und mit kochen. Anschließend das Ganze durch ein feines Sieb abgießen und mit 200 Milliliter Sahne vermengen. Die Zitronensauce mit Kurkuma und Salz abschmecken. Einen Topf mit Salzwasser erhitzen. Den Nudelteig ausrollen und dünne Streifen schneiden. Die Nudeln anschließend im Salzwasser gar kochen. Die Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien. Den Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Die Chilischote einritzen. Ein paar Petersilienblätter zupfen und grob schneiden. Die Mandelsplitter in einer erhitzten Pfanne goldbraun rösten. Anschließend Olivenöl und etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen, den Knoblauch und die Chilischote anbraten. Das Ganze mit Salz würzen und anschließend mit Limoncello ablöschen. Die Nudeln abgießen und die Garnelen mit der Petersilie dazugeben und vermengen. Die Bandnudeln zusammen mit der Zitronensauce und den Garnelen auf Tellern anrichten und servieren.

Sebastian Breuer am 24. März 2014

Black Tiger Prawn mit Grünkohl-Granatapfel-Salat

Für zwei Personen

Für die Riesengarnelen:

4 Black Tiger Prawns Olivenöl Salz, Pfeffer

Für den Salat:

200 g Grünkohl	2 Limetten	1 Granatapfel
3 EL Tahin	2 EL Tamari	2 EL Olivenöl
3 TL gemahlener Kardamom	1 TL gemahlener Koriander	2 TL Zimtpulver
$\frac{1}{2}$ TL Nelkenpulver	2 TL edelsüßes Paprikapulver	1 TL Cayennepfeffer
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den lauwarmen Salat Grünkohlblätter vom Stiel zupfen, waschen und trocken tupfen. Limetten entsaften. Saft mit Tahin, Tamari, Olivenöl und den Gewürzen vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwei Drittel des Dressings mit den klein gezupften Grünkohlblättern vermengen und den Grünkohl dabei ordentlich durchkneten. Den Salat für zehn bis 15 Minuten in den Backofen geben. Den Granatapfel halbieren und entkernen. Die Kerne beiseite stellen. Den zweiten Granatapfel halbieren und die Hälften aushöhlen. Beiseite stellen.

Für die Black Tiger Prawns die Garnelen von der Schale befreien und den Darm entfernen. In einer Grillpfanne Olivenöl erhitzen und die Riesengarnelen darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den lauwarmen Grünkohlsalat mit den Granatapfelkernen vermengen.

Lauwarmen Grünkohl-Granatapfel-Salat in den Granatapfel-Hälften anrichten, die Garnelen daneben drapieren und servieren.

Sabrina Padrón am 21. Dezember 2015

Calamaretti mit Gurkennudeln, Chili-Knoblauch-Paste

Für zwei Personen

Für die gebackenen Calamaretti:

10 frische Calamaretti	2 Eier	100 g Mehl
100 g Semmelbrösel	150 ml Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Zitrone
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Gurkennudeln:

1 Salatgurke	1 Limette	150 g Crème-fraîche
2 EL Joghurt	1 Bund Dill	2 TL Zucker
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Chili-Knoblauch-Paste:

4 Knoblauchzehen	3 frische, rote Chilischoten	85 ml Olivenöl
frisch gehackter Koriander	Salz	

Für die Chili-Knoblauch-Paste den Knoblauch abziehen und in grobe Stücke schneiden. Die Chili waschen, trocken tupfen und grob hacken. Beides in einen hohen Mixbecher füllen, das Salz dazu geben und mit dem Olivenöl aufgießen. Dann alle Zutaten mit dem Stabmixer zu einer nicht zu feinen Paste pürieren und zusätzlich mit etwas frisch gehacktem Koriander würzen.

Die Schale der Limette abreiben und den Saft auspressen. Die Crème fraîche mit Limettensaft, Limettenabrieb und dem Joghurt sowie Salz, Pfeffer und dem Zucker verrühren. Zum Schluss die Mischung mit dem zuvor gehackten Dill zur Salatgurke geben und behutsam alles vermischen.

Die Calamaretti putzen, die Haut abziehen und gründlich waschen. Danach in Ringe schneiden und in einem kochenden Topf mit Salzwasser kurz garen. Anschließend herausnehmen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Ringe in Mehl, Ei und Semmelbrösel panieren. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Calamaretti darin etwa eine Minute durchschwenken. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die gebackenen Calamaretti mit Zitronensaft beträufeln und mit den Gurkennudeln auf Tellern anrichten. Die Chili-Knoblauch-Paste separat dazu reichen und servieren.

Tobias Hinkel am 20. August 2015

Calamari, Reis-Füllung, Basilikum-Butter auf Salat-Bett

Für zwei Personen

Für die Calamari:

4 Tintenfischtuben á 90 g	1 Zehe Knoblauch	100 ml trockener Weißwein
70 ml Fischfond	1 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin
Salz	Pfeffer	

Für die Reisfüllung:

50 g Langkornreis	2 Tomaten	1 Schalotte
$\frac{1}{2}$ Zehe Knoblauch	1 Zitrone	1 EL Crème-fraîche
100 ml Gemüesfond	1 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
Salz	Pfeffer	

Für die Basilikumbutter:

35 g warme Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	1 Zitrone
Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Salat-Bett:

200 g Feldsalat	200 g Rucola
-----------------	--------------

Für die Calamari diese abspülen und trockentupfen. Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Ein Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und Calamari mit einer halben Knoblauchzehe kurz anbraten. Danach mit Wein und Fischfond ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin abrausen, trockenwedeln und als Ganzes mit in die Pfanne geben. Calamari-Pfanne für etwa 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Danach abtropfen.

Für die Reisfüllung einen halben Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch abziehen und halbieren. Schalotte abziehen und fein würfeln. Knoblauchhälfte und Schalottenwürfel in der Pfanne glasig dünsten. Reis zugeben, kurz mitdünsten, mit Gemüesfond ablöschen und bei kleiner Hitze quellen lassen. Danach abtropfen.

Tomaten waschen, entkernen und fein würfeln. Basilikum abrausen und trockenwedeln. Blätter vom Stiel zupfen und grob hacken. Die Hälfte des gehackten Basilikums mit Tomaten, Crème fraîche und gekochtem Reis vermengen. Zitrone halbieren und auspressen. Die Reisfüllung mit Salz und Pfeffer und eventuell einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Für die Basilikumbutter etwas Schale von der Zitrone reiben. Übriges gehacktes Basilikum mit Butter, Zucker und Zitronenabrieb gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Abgetropfte und etwas abgekühlte Calamari mit der Reismischung füllen und mit Holzspießen gut verschließen, dann dünn mit dem restlichen Öl bestreichen. Anschließend Öl in einer Grillpfanne erhitzen und gefüllte Calamari darin rundherum bräunen.

Für das Salat-Bett Feldsalat und Rucola waschen, trockenwedeln und kleinschneiden. Anschließend vermengen.

Calamari mit Reisfüllung auf dem Salat-Bett auf Tellern anrichten. Basilikumbutter auf den Calamari schmelzen lassen und servieren.

Regine Wroblewski am 25. August 2016

Calamari-Wrap mit Tomaten-Salat

Für zwei Personen

Für das Wrap-Brot:

250 g Joghurt	250 g Mehl	1 TL Backpulver
1 EL Meersalz	50 ml Olivenöl	

Für die Füllung:

250 g Calamari-Tuben	75 g Mehl	60 g Chorizo (am Stück)
1 TL Paprikapulver, edelsüß	Meersalz, Pfeffer, Öl	

Für die Joghurtsauce:

250 g griechischer Joghurt	2 Stiele Minze	2 Stiele Dill
1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl	

Für den Tomatensalat:

4 reife Rispentomaten	1 kleine rote Zwiebel	2 Stiele Petersilie
30 ml Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 Prise Zucker

Für die Garnitur:

50 g Kalamata-Oliven	1 Zitrone	
----------------------	-----------	--

Für das Brot den Joghurt in eine Schale geben und Mehl, Salz und Backpulver hineinsieben. Das Olivenöl hinzufügen, das Ganze zu einem Teig verkneten und diesen anschließend in der Schale ruhen lassen. Für die Joghurtsauce die Minzblätter abzupfen und fein hacken. Den Dill ebenfalls fein hacken, den Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. In einer Schale Joghurt, Minze, Dill, Knoblauch und Olivenöl miteinander verrühren und kühl stellen. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen. Die Chorizo fein hacken und zwei bis drei Minuten in der Pfanne knusprig braten. Für den Tomatensalat den Saft der Zitrone auspressen. Olivenöl, Zitronensaft und Zucker solange vermengen, bis der Zucker gelöst ist, danach mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten achteln, die Petersilie fein hacken. Die Zwiebel abziehen und ebenfalls fein hacken. Anschließend alles miteinander vermengen. In einer hohen Pfanne das Frittieröl erhitzen. Die Calamari säubern und in Ringe schneiden. In einer Schale Mehl, Salz, Pfeffer und Paprika mischen und die Calamari-Stücke darin wälzen. Die Calamari danach auf einem Backpapier auslegen. Nun nach und nach die Calamari im heißen Fett knusprig ausbacken. Den Brotteig portionieren, zu dünnen Wraps ausrollen und in einer erhitzten Pfanne von beiden Seiten circa zwei Minuten backen, bis es Farbe angenommen hat. Den Tomatensalat auf Tellern platzieren, die Wraps mit Joghurtsauce bestreichen, die Calamari darauf legen und mit Chorizo bestreuen. Eine Zitrone in Spalten schneiden und zusammen mit den Oliven als Garnitur an die Seite legen.

Franca Breyer am 04. August 2014

Carpaccio von Jakobsmuschel, Garnele, Karotten-Confit

Für zwei Personen

Für die Muscheln:

2 Jakobsmuscheln	2 Garnelen	2 EL Rapsöl
Chili	Salz	Pfeffer

Für das Karotten-Confit:

300 g Karotten	1 EL Karottensaft	20 g Butter
Salz	1 EL Vanillezucker	

Für das Fumet:

2 Stangen Zitronengras	100 ml Nolly Prat	100 ml Weißwein
400 ml Kokosmilch	500 ml Geflügelfond	1 Msp. Chilischote
1 TL geriebener Ingwer	2 EL Chilisauce süß scharf	1 Kaffir-Limette
1/2 EL Limonen-Olivenöl	20 g Butter	Salz

Für die Muscheln:

Die Jakobsmuscheln mit einem scharfen Messer in hauchdünne Scheiben schneiden. Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und in Rapsöl beidseitig in einer Pfanne saftig braten.

Für das Karotten-Confit:

Die Karotten schälen und fein würfeln. Die Karottenwürfel mit Butter, etwas Salz und Vanillezucker in einer Sauteuse schwenken, Karottensaft zugeben und abgedeckt weich dünsten. Abschütten und sehr gut einem Küchentuch auswringen. Noch gut warm im Mixer mit der Butter nicht zu fein pürieren.

Für das Kokos-Chili-Kaffir-Fumet:

Zitronengras klein schneiden, in Butter anschwenken, mit Nolly Prat und Weißwein gut reduzieren. Kokosmilch, Geflügelfond, Chillischote, Ingwer, Chilisauce, Limonen-Olivenöl zugeben und leicht sämig einkochen lassen. Danach durch ein Sieb passieren. Die Schale der Kaffir-Limette einreiben, mit Butter und Salz herzhaft würzen und warm halten.

Das Karotten-Confit mit einem Servierring auf einem tiefen heißen Teller anrichten. Das Muschel-Carpaccio fächerförmig verteilen und mit Chiliflocken bestreuen. Je eine Garnele auflegen und das Gericht mit dem aufgeschäumten Kokos-Chili-Kaffir-Fumet anrichten.

Werner Brück am 07. Februar 2017

Champignon-Risotto in Parmesan-Schale, Riesen-Garnelen

Für zwei Personen

Für das Risotto:

125 g Risotto-Reis	500 ml Gemüsefond	125 g Champignons
2 getr. Öl-Tomaten	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Zwiebel	75 ml trockener Weißwein	50 g Parmesan
1 EL Butter	Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

Für das Parmesannest:

150 g Parmesan am Stück

Für die Garnelen:

4 Riesengarnelen	8 Cherrytomaten (Rispe)	1 Knolle Knoblauch
1 rote Chili	1 EL Butter	2 Zweige Thymian
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Risotto:

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Den Reis darin bei geringer Hitze unter Rühren 3 Minuten glasig dünsten.

Knoblauch und Zwiebel abziehen, klein hacken, zum Reis geben und unter Rühren 5 Minuten glasig dünsten.

Die Champignons mit einer Pilzbürste putzen, vierteln, dazugeben und etwa 4 Minuten mitgaren. Mit Weißwein ablöschen. Den Fond nach und nach zugeben. Dabei ständig rühren und weiteren Fond nachgießen. Insgesamt etwa 15 Minuten kochen, bis der Reis cremig ist und den gesamten Fond aufgenommen hat. Die getrockneten Tomaten abtropfen und kleinschneiden. 5 Minuten vor Ende der Garzeit zum Risotto geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Risotto vom Herd nehmen. Den Parmesan reiben und die Hälfte zusammen mit der Butter einrühren und schmelzen lassen.

Für das Parmesannest:

Parmesan hobeln und in einer Pfanne von beiden Seiten goldbraun backen. Gebackenen Parmesan über einen tiefen Teller legen und ein Nest formen. Kurz erkalten lassen.

Für die Garnelen:

Die Garnelen aus der Schale lösen, längs am Rücken einschneiden, Darm entfernen und unter kaltem Wasser abspülen. Knoblauch quer halbieren, die Chilischote halbieren, Kerne entfernen und kleinschneiden. Knoblauch, Chili und Thymian in einer Pfanne mit Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und dazugeben.

Die Tomaten an der Rispe in einer Pfanne mit Butter schwenken.

Thymian abbrause, trocken wedeln und später als Garnitur verwenden.

Das Champignon-Risotto in der Parmesanschale mit gebratener Riesengarnele auf Tellern anrichten und servieren.

Magdalena Brzeska am 16. Oktober 2017

Chili-Garnelen, Schoten-Salat, Honig-Soße, Bohnen-Püree

Für zwei Personen

Für die Chili-Garnelen:

6 Riesengarnelen	1 große rote Schote Chili	1 Limette, 1 TL Saft
2 EL Knoblauchöl	2 EL Chiliöl	2 EL neutrales Pflanzenöl
1 Prise Meersalz	Pfeffer	

Für das Bohnenpüree:

200 g (Dose) Kidneybohnen	1 Limette, davon der Abrieb	500 ml Geflügelfond
50 ml Chiliöl	Meersalz	Pfeffer

Für den Kaiserschoten-Salat:

300 g frische Kaiserschoten	1 rote Zwiebel	1 Granatapfel, $\frac{1}{4}$ Kerne
1 Limette, Saft, Abrieb	40 g Pinienkerne	1 Zweig Koriander
1 TL Zucker	5 EL Sesamöl	Meersalz, Pfeffer

Für die Chili-Honig-Sauce:

$\frac{1}{2}$ Limette, davon der Saft	1 rote Schote Chili (4,5 cm)	1 EL Mohn
1 EL flüssiger Waldblütenhonig	Meersalz	Pfeffer

Für die Chili-Garnelen:

Die Garnelen waschen und schälen (die Schwänze nicht entfernen).

Die Chili längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und in kleine Würfel schneiden. Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und in Chiliöl und Pflanzenöl in einem Gefrierbeutel einlegen und fest einmassieren.

Garnelen darin 20 Minuten ziehen lassen. Garnelen in eine erhitzte Pfanne geben, etwas Knoblauchöl hinzugeben und ca. 10 Minuten glasig braten.

Garnelen aus der Pfanne nehmen und in einer Schüssel mit den gewürfelten Chilis, Limettensaft, einer Prise Meersalz und Pfeffer vermengen.

Für das Bohnenpüree:

Die Bohnen waschen. Limette reiben. 150 ml Fond in einem Topf aufkochen und vom Herd nehmen. Restlichen Geflügelfond zusammen mit den Bohnen in einen Topf geben und aufkochen, bis die Haut der Bohnen aufplatzt. Danach noch ca. 3 Minuten köcheln lassen. Topf vom Herd nehmen und den Bohnenfond abgießen. Den Topfinhalt pürieren und restlichen warmen Fond nach und nach dazugeben. Mit Chiliöl, Limettenabrieb, Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Für den Kaiserschoten-Salat:

Die Kaiserschoten waschen. Eine halbe Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Granatapfel vierteln und die Kerne in eine Schüssel Wasser herausdrücken. Schale der Limette abreiben. Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Alles in eine Schüssel geben und vermengen. Mit Sesamöl, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Chili-Honig-Sauce:

Den Saft einer halben Limette auspressen und auffangen. Chili in kleine Würfel schneiden. In einer kleinen Schüssel Chili, Limettensaft, Mohn, Honig, Salz und Pfeffer vermengen und mit einer Gabel die Chili darin zerdrücken.

Die Chili-Garnelen und mexikanischer Kaiserschoten-Salat mit Chili-Honig-Sauce und Kidneybohnen-Püree auf Tellern anrichten und servieren.

Johann Oldenburger am 10. Mai 2017

Chili-Penne mit Garnelen-Spießen, Tomaten und Feldsalat

Für zwei Personen

5 Garnelen	250 g Penne	20 Cocktailtomaten
200 g Feldsalat	2 Knoblauchzehen	2 Chilischoten
1 Zwiebel	25 g Butter	30 g Zucker
2 TL Dijonsenf	2 TL flüssiger Honig	1 Bund Basilikum
20 g Chilipulver	80 ml Olivenöl	20 ml Balsamico bianco
Salz, Pfeffer		

Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest kochen. Die Chilischoten längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Knoblauch, die Zwiebel und die Chili in einer Pfanne mit einem Esslöffel Olivenöl anbraten. Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Die Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln Olivenöl anbraten. Die Tomaten waschen und halbieren. In einem Topf zwei Esslöffel Zucker und 25 Gramm Butter zum Schmelzen bringen und die Tomatenhälften mit der Schnittfläche nach unten verteilen und anbraten. Die Penne mit einem Sieb abgießen und in einer Schüssel mit Zwiebeln, Knoblauch, Chili und den karamellisierten Tomaten vermischen. Die Basilikumblätter klein schneiden und die Garnelen auf die Spieße stecken. Die Penne mit Chili und karamellisierten Tomaten auf Tellern anrichten, mit den Garnelspießen dekorieren und servieren. Den Feldsalat waschen und trocken schleudern. Die Tomaten waschen. Zwei Teelöffel Dijonsenf, 50 Milliliter Olivenöl, 20 Milliliter Balsamico bianco, zwei Teelöffel flüssigen Honig und Chilipulver miteinander zum Dressing vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat mit Dressing anrichten und mit Tomaten garnieren. Die Chili-Penne mit Garnelenspießen, karamellisierten Tomaten und einem Feldsalat anrichten und servieren.

Benedikt Kliche am 03. Februar 2014

Couscous-Salat mit gebratenen Garnelen und Safran-Soße

Für zwei Personen

Für den Couscous-Salat:

175 g Couscous	2 Frühlingszwiebeln	2 große Strauchtomaten
1 Salatgurke	1 Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Minze
1 EL Paprikamark	3 EL Tomatenmark	3 EL Olivenöl
$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel	200 ml Gemüsefond	2 g Chiliflocken

Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Scampi:

4 große Garnelen	1 Knoblauchzehe	5 Zweige Rosmarin
1 EL Rapsöl	Zucker, Salz, Pfeffer	

Für die Safransauce:

1 TL Safranfäden	1 Ei	1 Zitrone
50 ml Milch, 3,5 %	50 g Sahne	20 g Puderzucker

Salz, Pfeffer

Für den Couscous-Salat den Gemüsefond aufkochen, über den Couscous gießen und diesen zehn Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Gurke und die Tomate schälen und fein würfeln, die Frühlingszwiebel waschen und in Scheiben schneiden. Die Minze und Petersilie waschen, abtrocknen und fein hacken. Anschließend das Tomatenmark zusammen mit dem Paprikamark und etwas Olivenöl zum Couscous geben und gut durchmengen. Die Frühlingszwiebel sowie die Tomaten- und Gurkenwürfel und die gehackten Kräuter ebenfalls unterheben. Den Couscous-Salat mit Chiliflocken und Kreuzkümmel würzen und zuletzt mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Die Garnelen aus der Schale lösen, entdarmen, abspülen und trocken tupfen. Die Knoblauchzehe abziehen und in feine Scheiben schneiden. Dann das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen darin bei mittlerer Hitze für circa fünf Minuten von allen Seiten anbraten. Den Knoblauch und einige Rosmarinzweige am Ende kurz mitbraten und die Garnelen mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen. Anschließend die Garnelen aus der Pfanne nehmen. Für die Sauce die Milch mit Sahne und Puderzucker glattrühren und ein verquirltes Ei dazugeben. Die Mischung in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen, damit das Ei nicht stockt. Die Schale der Zitrone abreiben, den Saft pressen. Die Safranfäden in die Sauce geben und das Ganze mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Zum Anrichten die warme Safransauce in die Mitte von zwei Tellern geben und die Garnelen darauf anrichten. Den Couscous um die Garnelen herum verteilen und mit dem Zitronenabrieb garniert servieren.

Erdal Yegin am 17. November 2014

Dreierlei von der Auster

Für zwei Personen

Für die gebackenen Austern:

4 Austern	1 Stück Ingwer	500 g grobes Meersalz
60 ml Amberbier	80 g Butter	60 g Paniermehl
1 Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	

Für das Austern-Tempura:

4 Austern	1 Limette	175 ml Stout-Bier
$\frac{1}{2}$ TL Sesamöl	1 TL Sojasauce	50 g Tempuramehl
50 g Stärkemehl (Maisstärke)	50 g heller Sesamsamen	Sojaöl, Frittieröl

Für die Austern:

4 Austern	60 ml belgisches Witbier	500 g grobes Meersalz
80 g Butter	Algen, getrocknet, zerkleinert	

Für die Garnitur:

1 Zitrone	frische Algenblätter	
-----------	----------------------	--

Den Backofen auf 180 Grad Grillfunktion vorheizen.

Austern mit einem Austernmesser öffnen.

Für die gebackenen Austern Butter in der Pfanne zerlassen. Ingwer schälen, in Scheiben schneiden und zur Butter geben. Langsam erhitzen, bis die Butter haselnussbraun wird. Backpapier auf ein Blech geben und das grobe Salz darauf verteilen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Ingwerstücke aus der Butter nehmen. Bier zur Butter geben.

Austernfleisch lösen und in der Schale auf das Salzbett legen. Paniermehl über den Austern verteilen. Jeweils etwa zwei Teelöffel Butter-Bier-Mischung über jede Auster geben für circa vier Minuten auf höchster Stufe unter den Grill geben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und vor dem Servieren über die Austern streuen.

Für das Austern-Tempura das Fett in der Fritteuse auf circa 180 Grad erhitzen. Austernfleisch aus den geöffneten Austern lösen und auf Küchenpapier trocknen. Sojasauce mit Sesamöl und dem Saft der Limette vermischen. Für den Tempurateig das Tempuramehl, das Stärkemehl, die Sesamsamen und das Stout-Bier vorsichtig vermengen. Austern in den Teig geben, sodass sie vollständig umschlossen sind. Sofort ins heiße Frittierfett geben, bis sich im Teig Bläschen bilden und er eine goldgelbe Farbe annimmt. Zum Anrichten mit etwas Sojaöl beträufeln.

Für die Austern mit Algenpailletten Backpapier auf ein Blech geben und das grobe Salz darauf verteilen. Austernfleisch aus den geöffneten Austern lösen und in der Schale auf das Salz legen. Kleine Stückchen Butter, einen Teelöffel Bier und eine Messerspitze der zerkleinerten Algen auf die Austern geben. Etwa vier Minuten auf der höchsten Schiene unter den Grill geben.

Das Dreierlei von der Auster auf Tellern anrichten, mit Zitronenspalten und getrockneten Algen garnieren und servieren.

Michèle van Beirs am 19. Dezember 2016

Dreierlei von der Jakobsmuschel

Für 2 Personen

Für die Jakobsmuschel 1:

2 ausgelöste Jakobsmuscheln	2 Maracuja	1 TL milder Weißweinessig
1 TL Agavendicksaft	3 EL kaltgepresstes Olivenöl	1 Bund Schnittlauch
1 Bund Koriandergrün	1 TL Meersalz	$\frac{1}{2}$ TL Currypulver
1 EL Rapsöl	Piment-d'Espelette	Salz

Für das Jakobsmuschel 2:

2 ausgelöste Jakobsmuscheln	1 Knolle schwarzer Trüffel	1 Stiel Zitronengras
1 Limette	100 ml Rapsöl	1 EL Agavendicksaft
1 EL Senf, mittelscharf	1 Bund Schnittlauch	100 ml Milch
1 Muskatnuss	1 EL Trüffelöl	Salz, Pfeffer

Für die Jakobsmuschel 3:

2 ausgelöste Jakobsmuscheln	2 mittelgroße Chicoréestauden	100 g Schalotten
70 g Butter	200g kalte Butter	200 ml trockener Weißwein
350 ml Fischfond	1 EL Rapsöl	15 g Zucker
Himbeeressig	Vanillesalz	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

2 Muschelschalen	4 Passionsfruchtblüten
------------------	------------------------

Für die Vinaigrette Maracujas halbieren und Fruchtmark mit Teelöffel herauskratzen. Mit einem Pürierstab pürieren. Püree durch ein feines Sieb streichen. Mit Essig, Agavendicksaft, Piment d'Espelette und Salz abschmecken. Olivenöl mit Schneebesen unterrühren. Schnittlauch in sehr feine Röllchen schneiden. Korianderblättchen abzupfen und fein hacken. Kräuter mit der Vinaigrette verrühren. Fleur de sel und Curry mischen. Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen und auf beiden Seiten mit Currysalt würzen. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen.

Jakobsmuscheln darin auf jeder Seite 1 Minute scharf anbraten, abschließend in Muschelschalen servieren.

Für das Carpaccio Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen und in hauchdünne Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zitronengras, Limettensaft und -abrieb in Topf geben. Öl dazugeben und kurz erwärmen, bis Aromen der Limette und des Zitronengrases herauskommen. Öl mit Senf vermischen und mit Agavendicksaft abschmecken. Vinaigrette mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit geschnittenem Schnittlauch verfeinern. In einem Topf Milch aufkochen und mit geriebener Muskatnuss abschmecken. Trüffelöl zugeben und mit Pürierstab schaumig aufmixen.

Für das letzte Dreierlei Schalotten abziehen und schälen, in dünne Scheiben schneiden und in Butter anschwitzen. Nach fünf Minuten mit Weißwein ablöschen, leise köchelnd fast vollständig einkochen. Fischfond zugeben und auf die Hälfte einkochen, danach passieren. Kalte Butterwürfel mit einem Pürierstab in den heißen Fond mixen. Mit Salz, Pfeffer und Himbeeressig abschmecken. Sauce kurz vor dem Anrichten ohne zu köcheln schaumig mixen. Chicorée waschen, Strunk entfernen und in ein bis zwei Zentimeter breite Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen, Zucker hinzugeben und karamellisieren. Chicorée zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln eine Minute von beiden Seiten anbraten, mit Vanillesalz und Pfeffer abschmecken. Das Dreierlei von der Jakobsmuschel auf Tellern anrichten, mit Passionsfruchtblüten und gehobeltem Trüffel garnieren und servieren.

Katharina Brandt am 18. November 2015

Dreierlei von der Jakobsmuschel

Für zwei Personen

Für die Mousse:

4 Jakobsmuscheln	1 Schalotte	1 Limette, Saft
50 g Sahne	40 ml tr. Weißwein	1 TL Honig
1 TL Butter	Salz	Pfeffer

Für das Körbchen:

4 Platten Filoteig	75 g Butter	1 TL schwarzer Kaviar
1 Limette, Schale		

Für das Tatar:

4 ausgelöste Jakobsmuscheln	4 Erdbeeren	1 Zitrone, Saft
$\frac{1}{2}$ TL Honig	1 EL Olivenöl	$\frac{1}{4}$ TL getr. grüner Pfeffer
grobes Meersalz		

Für die gebratenen Muschel:

2 ausgelöste Jakobsmuscheln	1 EL Mehl	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Salat:

200 g Löwenzahnsalat	4 Radieschen	1 Zitrone, Saft
$\frac{1}{4}$ TL Zucker	4 Halme Schnittlauch	Salz, Pfeffer

Für die Mousse:

Die Schalotte abziehen und kleinschneiden. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und die Schalotte darin glasig anschwitzen. Die Jakobsmuscheln waschen, trockentupfen und fein hacken. Das Muschelfleisch kurz in der Butter schwenken. Mit Weißwein ablöschen und Sahne dazugeben.

Mit einem Stabmixer cremig pürieren, mit Honig, etwas Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Creme zwei Mal durch ein Sieb passieren und in einer Espumafflasche kalt stellen.

Für das Körbchen:

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Den Filoteig in Rechtecke schneiden. Muffinförmchen mit Butter ausfetten, Filoteig darin zu einem Körbchen formen und diesen mit der übrigen Butter auch von innen einstreichen. Etwa 7 Minuten im vorgeheizten Ofen goldbraun backen. Den Teig aus dem Ofen nehmen und kalt stellen.

Die Mousse im Filoteig-Körbchen verteilen und mit etwas schwarzem Kaviar und einigen Limettenezesten garnieren.

Für das Tatar:

Die Erdbeeren waschen, vom Strunk befreien und vierteln. Pfeffer grob hacken. Jakobsmuscheln waschen, trockentupfen und fein würfeln. Die Jakobsmuscheln mit Erdbeeren in einer Schüssel vermengen, mit Honig, Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

In einem Servierring anrichten und mit etwas grünem Pfeffer und einem Erdbeerviertel bestreuen.

Für die gebratenen Muschel:

Die Jakobsmuscheln waschen, trockentupfen und melieren. Die Muscheln in einer vorgeheizten Pfanne mit wenig Öl von jeder Seite je 1 Minute scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Muschel mit einem Bunsenbrenner kurz abflämmen.

Für den Salat:

Den Löwenzahn abbrausen, trocken wedeln und die holzigen Enden entfernen. Radieschen von den Enden befreien, vierteln und mit dem Salat in einer Schüssel mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer marinieren. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Ringe schneiden. Die Jakobsmuschel auf den Salat drapieren und mit Schnittlauch garnieren. Das Dreierlei von der Jakobsmuschel auf Tellern anrichten und servieren.

Marie Grüner am 24. Mai 2017

Exotische Paella

Für zwei Personen

Für die Paella:

150 g Riesengarnelen (Schale)	150 g Kaisergranat (Schale)	150 g Garnelen
100 g Minitintenfische	100 g Venusmuscheln, (Schale)	200 g Hähnchenbrustfilet
300 g Paella-Reis	100 g Kichererbsen	2 Zehen Knoblauch
1 Ananas	1 Mango	1 Zitrone
100 g Sesam	200 ml Sesamöl	100 ml Kokoswasser
250 ml Fischfond	2 EL Ahornsirup	3 g Safranpulver
20 g Paprikapulver	Chiliflocken	grobes Meersalz, Pfeffer

Für die Paella Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und Paellareis darin kochen. Danach beiseite stellen, Wasser abgießen und im Topf zugedeckt abkühlen lassen.

Unterdessen eine Pfanne mit zwei Esslöffel Sesamöl erwärmen. Riesengarnelen und Kaisergranat darin mit Schale anbraten und warm stellen. In einer weiteren Pfanne mit Sesamöl Muscheln, Tintenfische und Garnelen ohne Schale dazugeben, rosa anbraten. Knoblauchzehen abziehen und durch die Presse dazu geben. Hitze ausstellen und Deckel auf die Pfanne geben.

Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Chiliflocken, edelsüßes Paprikapulver, zwei Esslöffel Ahornsirup, 100 Gramm Sesam und ein Esslöffel Sesamöl zu einer Marinade vermengen. Hähnchenbrustwürfel darin einige Minuten ziehen lassen.

Mango schälen, entkernen und klein würfeln. Ananas schälen und in kleine Würfel schneiden. Einen kleinen Teil der Ananas für die Garnitur beiseite stellen.

Eine Pfanne mit Öl erhitzen und marinierte Hähnchenbrustwürfel darin scharf anbraten. Paellareis dazugeben mit anbraten. Fischfond und Safranpulver dazugeben. Bei geringer Hitze weiter garen und Flüssigkeit einkochen lassen. Tintenfisch, Muscheln und Garnelen ohne Schale, Kichererbsen und Kokoswasser unterrühren und alles vermengen. Anschließend Herd ausstellen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zitrone schälen und würfeln. Mango-, Ananas- und Zitronenwürfel dazugeben und nochmals gut vermengen. Paellareis auf Tellern anrichten, Riesengarnelen und Kaisergranate in der Schale auf den Reis geben. Mit Ananas garnieren und servieren.

Wolfgang Heidkamp am 22. August 2016

Fettuccine, Kirschtomaten, Calamaretti, schwarze Soße

Für zwei Personen

Für die Fettuccine:

300 g frische Fettuccine 100 g Parmesan Salz

Für die Calamaretti:

10 Calamaretti	200 g Kirschtomaten	2 Schalotten
3 Zehen Knoblauch	1 Zitrone	150 g Butter
2 Zweige Thymian	2 Zweige Oregano	1 Zweig Rosmarin
1 Bund Basilikum	½ Bund glatte Petersilie	1 Briefchen Sepiatinte
200 ml Weißwein	200 ml Fischfond	2 EL Balsamico weiß
50 ml Olivenöl	1 EL Zucker	Salz, Pfeffer

Einen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen.

Für die Calamaretti diese waschen, trocken tupfen und in kleine Streifen schneiden. Schalotten abziehen und klein hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Calamaretti und Schalotten in eine Pfanne mit erhitztem Olivenöl geben. Mit Salz würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Calamaretti anbraten und mit Fischfond und Weißwein ablöschen und reduzieren. Salz, Pfeffer, Balsamico und Zucker dazugeben.

Rosmarin, Thymian, Oregano abbrausen, trockenwedeln. Knoblauchzehen abziehen und andrücken. Olivenöl und Butter in einer Pfanne mit Rosmarin, Thymian, Oregano und Knoblauch aromatisieren. Butter leicht aufschäumen lassen. Mit dem Löffel aromatisierte Butter zu Calamaretti-Sauce geben und mit dem Schneebesen einrühren.

Für die Fettuccine Nudeln in Salzwasser circa zwei bis drei Minuten garen und herausnehmen. Kurz in Calamaretti-Sauce schwenken, herausnehmen, auf den Anrichteteller geben und warmstellen.

Kirschtomaten waschen, vom Strunk befreien und halbieren. Petersilie und Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Sepiatinte in Calamaretti-Sauce einrühren. Halbierte Kirschtomaten in der Butterpfanne schwenken.

Calamaretti-Sauce in die Mitte der Nudeln geben. Mit Kirschtomaten, Petersilie und Basilikum verzieren. Parmesan drüber hobeln und servieren.

Ulrich Enderle am 28. April 2016

Flusskrebs-Ravioli mit Safran-Schaum und Bärlauch

Für zwei Personen

Für den Ravioliteig:

2 Eier	150 g Mehl	50 g Hartweizengrieß
1 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für die Flusskrebbsmasse:

200 g Flusskrebbsfleisch	$\frac{1}{2}$ Zitrone	100 g Mascarpone
100 g Ricotta	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
Pankomehl		

Für den Safranschaum:

1 Schalotte	1 kleine Knoblauchzehe	200 ml Fischfond
100 ml trockener Weißwein	50 ml französischer Wermut	100 ml Sahne
50 ml Sojamilch, zum Aufschäumen	1 Msp Safranfäden	Butter

Für den frittierten Bärlauch:

1 Bund Bärlauch	Pflanzenöl, zum frittieren
-----------------	----------------------------

Für den Ravioliteig den Hartweizengrieß mit dem Mehl, dem Olivenöl und den Eiern vermengen. Das Salz hinzugeben und alles zu einem Teig kneten. Den Teig anschließend in Frischhaltefolie wickeln und etwas ruhen lassen.

Für die Raviolifüllung das Flusskrebbsfleisch in einem Sieb gut abtropfen lassen und zusammen mit der Mascarpone und dem Ricotta in der Moulinette durchmischen.

Eine halbe Zitrone abreiben, den Dill und den Schnittlauch kleinhacken. Die Mischung mit Salz, Pfeffer, dem Zitronenabrieb und den feingehackten Kräutern würzen. Je nach Feuchtigkeitsgehalt der Masse eventuell noch etwas Pankomehl hinzugeben, um der Füllung mehr Festigkeit zu geben.

Den Ravioliteig dünn mit Mehl bestreuen und mit der Nudelmaschine zu dünnen Bahnen ausrollen und in ausreichendem Abstand jeweils einen Teelöffel Füllung auf dem Teig platzieren. Anschließend mit einem Servierring Kreise ausstechen, den Teig zusammenklappen und den Rand mit der Gabel festdrücken.

Für die Ravioli einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Die Ravioli in siedendem Wasser etwa sechs Minuten al dente kochen.

Für den Safranschaum die Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Knoblauchzehe ebenfalls abziehen und mit dem Messerrücken eindrücken.

Eine Pfanne mit Butter erhitzen und kurz anschwitzen, aber nicht bräunen lassen. Anschließend mit Weißwein und Wermut ablöschen und komplett einkochen lassen. Nun den Fischfond angießen und die Safranfäden hinzugeben. Nochmals etwas einkochen lassen. Anschließend die Sahne hinzugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Flüssigkeit durch ein feines Sieb passieren und unmittelbar vor dem Servieren mit Sojamilch aufschäumen.

Den Bärlauch waschen und anschließend in dünne Streifen schneiden. In Pflanzenöl in einer Pfanne kurz ausfrittieren.

Die Ravioli zusammen mit der Sauce und dem frittierten Bärlauch auf zwei Tellern anrichten und servieren.

Jenny Höhne am 22. April 2015

Frisée-Salat, Jakobsmuscheln, Apfel, Honigkuchen-Crunch

Zutaten zwei Personen

Für den Salat:

100 g Friséesalat	4 Radieschen	1 rotschaliger Apfel
4 EL weißer Portwein	4 EL Weißweinessig	1 EL Honig
1 TL Zucker	4 EL Olivenöl	Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für das Weißwein-Dressing:

3 Schalotten	1 Limette	70 g Butter
125 ml Schlagsahne	125 ml Apfelsaft	125 ml trockener Weißwein
1 Msp. Speisestärke		

Für die Jakobsmuscheln:

8 ausgelöste Jakobsmuscheln	1 Zitrone	Olivenöl, Salz, Pfeffer
-----------------------------	-----------	-------------------------

Für den Honigkuchen-Crunch:

50 g Honigkuchen	50 g Macadamia-Nüsse	1 Prise Zimt
------------------	----------------------	--------------

Für das Weißwein-Dressing Schalotten abziehen, würfeln und in Butter andünsten. Wein angießen und einkochen lassen. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Limetten- und Apfelsaft dazugeben einkochen lassen. Zum Abkühlen beiseite stellen.

Für den Friséesalat Portwein, Weißweinessig, Honig, Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren. Radieschen in feine Scheiben schneiden und in die Marinade geben. Den roten Apfel vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. Würfel in einer Pfanne mit Öl anbraten mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und zur Seite stellen.

Für den Crunch Macadamia-Nüsse und Honigkuchen in einer Moulinette grob hacken, in einer Pfanne anrösten, mit Zimt abpudern und zur Seite stellen.

Jakobsmuscheln waschen und trockentupfen. In einer weiteren Pfanne mit Öl scharf für zwei bis drei Minuten von beiden Seiten anbraten. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Friséesalat gut waschen und trockenschleudern. Auf Tellern verteilen und mit dem Weißwein-Dressing beträufeln. Marinierte Radieschen und gebratenen Apfel dazugeben. Jakobsmuscheln daraufsetzen. Honigkuchen-Crunch abschließend auf die Jakobsmuscheln geben.

Den Friséesalat mit Jakobsmuscheln, gebratenem Apfel und Honigkuchen-Crunch auf Tellern anrichten und servieren.

Marcella Selis am 09. Dezember 2015

Frittierte Garnelen mit Zitronen-Mayo, Glasnudel-Salat

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

6 Riesengarnelen	2 Eier	40 g doppelgriffiges Mehl
80 g grüner Reis	50 g Kokosflocken	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

50 g Glasnudeln	1 Knoblauchzehe	1 Knolle Ingwer à 3 cm
1 rote Chili	1 rote Paprika	1 Schalotte
1 EL Fischsauce	3 EL helle Sojasauce	1 EL Limettensaft
1 EL Reisweinessig	2 EL Sesamöl	$\frac{1}{2}$ Gurke
2 Karotten	75 g Sojasprossen	40 g Erdnüsse
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{4}$ Bund Thai-Minze	

Für die Mayo:

1 Ei	1 TL Dijon-Senf	$\frac{1}{2}$ Zitrone
75 ml Sonnenblumenöl	25 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Garnelen: Die Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Den Reis in einer Moulinette zerkleinern und zusammen mit Kokosflocken vermengen. Aus Mehl, Ei und Kokos-Reis eine Panierstraße aufstellen. Die Garnelen salzen und pfeffern, im Mehl wenden, durch das Ei ziehen und anschließend nochmal im Reis wenden. Die Panierung gut andrücken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen ca. 3 Minuten darin goldbraun ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für den Salat: Knoblauch und Zwiebel abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben. Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Knoblauch, Zwiebel, Ingwer und Chili in einer Pfanne mit wenig Öl anschwitzen. Mit 200ml Wasser aufgießen, aufkochen lassen und 10 Minuten sanft köcheln lassen. Danach vom Herd nehmen und anschließend mit einem Stabmixer pürieren. Glasnudeln nach Packungsbeilage kochen. Danach abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Fischsauce, Sojasauce, Reisweinessig, Limettensaft und Sesamöl unter das kalte Dressing rühren und alles über die noch warmen Nudeln kippen und ordentlich durchrühren, bis das Dressing komplett von den Nudeln aufgenommen wurde. Auskühlen lassen. Gurke, Paprika und Karotte in feine Streifen schneiden. Koriander, Minze und Erdnüsse grob hacken. Alles zusammen mit den Sprossen unter den Salat heben. Da jede Glasnudel anders ist jetzt nochmal mit Sojasauce, Sesamöl und Reisweinessig abschmecken. Mit Erdnüssen garnieren.

Für die Mayo: Für die Mayonnaise das Ei trennen, Eigelb mit Senf verrühren und tröpfchenweise das Öl untermixen, bis eine Mayonnaise entsteht. Mit Olivenöl, Saft und Abrieb einer halben Zitrone sowie Salz und Pfeffer würzen.

Die frittierte Garnele mit Zitronen-Mayo und Glasnudelsalat auf Tellern anrichten und servieren.

Tabea Eckardt am 16. Februar 2017

Garnelen im Reis-Mantel mit Papaya-Salat

Für zwei Personen

10 Riesen-Garnelen	100 g Reis	2 Karotten, groß
6 Cherrytomaten	5 Schalotten	2 Zehen Knoblauch
1 feste Papaya	1 feste Flugmango	4 Limetten
2 Eier	50 g Erdnüsse	100 g Zucker
80 g Tempuramehl	1 Bund Koriander	1 Bund Minze
1 Bund Knöterich	2 rote Chilischoten, klein	8 EL vietnam. Fischsauce
100 ml Sonnenblumenöl	4 EL Apfelessig	1 TL Erdnusspaste
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für den Salat die Karotten, die Mango und die Papaya schälen. Die Karotten von den Enden befreien und die Papaya und die Mango von den Kernen befreien. Von allem anschließend mit dem Sparschäler hauchdünne Streifen abziehen. Die Limetten halbieren, auspressen und zusammen mit der Fischsauce in einer Schüssel vermengen. Die Chili halbieren, von den Kernen befreien und in feine Stücke schneiden. Den Knoblauch abziehen und ebenfalls kleinschneiden. Beides mit einer Prise Zucker in eine Schüssel geben und zu einer Sauce anrühren. Die Karotten-, Mango- und Papayastreifen damit vermengen. Den Koriander und die Minze waschen und grob hacken. Anschließend mit unter den Salat mengen. Eine Pfanne mit Sonnenblumenöl erhitzen. Die Schalotten abziehen, halbieren und quer in halbe Ringe schneiden. Diese im heißen Öl goldbraun braten. Haben die Schalotten die gewünschte Bräune erreicht, diese noch einmal abgießen, abtropfen und dann ebenfalls unter den Salat mischen. Die Erdnüsse im Mörser mahlen. Zwei Drittel der Erdnüsse unter den Salat mengen und den Rest zur Dekoration aufbewahren. Die Garnelen von Kopf und Schale befreien, entdarmen, waschen und trocken tupfen. Die zwei Eier aufschlagen und nur das Eigelb in einer Schüssel aufbewahren. Die Garnelen anschließend im Tempura Mehl, im Eigelb und in den Reiskörnern wenden. Eine Pfanne mit Sonnenblumenöl erhitzen und die Garnelen darin für zwei Minuten von beiden Seiten goldbraun braten und anschließend im Backofen warm halten. Die Cherrytomaten waschen, vierteln und vom Strunk befreien. Die Garnelen im Reismantel mit Papayasalat auf Tellern anrichten und mit Minze, Koriander, den Cherrytomaten, und den restlichen Erdnüssen garnieren.

Julian Urban am 07. April 2014

Garnelen in Kokos-Milch mit frittiertem Maniok

Für zwei Personen

Für die Kokos-Garnelen:

8 Riesengarnelen	1 rote Paprika	1 Zwiebel
2 Frühlingszwiebeln	2 Knoblauchzehen	1 rote Chili
1 Limette	100 ml Kokosmilch	2 TL Kokosöl
$\frac{1}{2}$ TL Kokossirup	20 ml Fischsauce	1 Bund Koriander
2 EL Olivenöl	Salz	

Für den Maniok:

1 Yuca-Knolle	Mehl Öl	1 TL Puderzucker
---------------	---------	------------------

Für den Basmati:

150 g Basmatireis	Salz
-------------------	------

Für die Kokos-Garnelen:

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und würfeln. Zwiebel und Paprika in einer Pfanne mit wenig Kokosöl anbraten. Den Knoblauch abziehen, fein reiben und dazugeben. Die Chili längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien, fein schneiden, mit in die Pfanne geben und anschwitzen. Die Limette halbieren, auspressen und dazugeben. Mit Kokosmilch angießen und köcheln lassen. Die Frühlingszwiebeln waschen, die Enden entfernen, fein schneiden und mit in die Pfanne geben. Mit Salz abschmecken.

Den Koriander abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und beiseite stellen.

Die Garnelen von Kopf und Schale befreien, am Rücken längs aufschneiden, entdarmen, waschen und trocken tupfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Garnelen von beiden Seiten darin bei niedriger Hitze anbraten und mit in die Pfanne geben. Mit Fischsauce, Kokossirup und etwas Salz abschmecken und den gehackten Koriander unterrühren.

Für den Maniok:

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Den Maniok schälen und in dünne Scheiben hobeln. Die Maniokscheiben mehlieren und in der Fritteuse ausbacken. Die Maniokchips aus der Fritteuse nehmen, auf einem Küchentuch abtropfen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

Für den Basmati:

Den Basmatireis für etwa 10 Minuten wässern, in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abspülen. Den Reis mit 200 ml gesalzenem Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Temperatur sofort reduzieren. Den Reis bei geringer Hitze und mit geschlossenem Deckel köcheln lassen. Mit Salz abschmecken. Für die Garnitur 2 Kokosnüsse. Die Kokosnüsse halbieren und das Kokoswasser beiseite stellen.

Die Garnelen in der Kokosnuss anrichten, mit dem frittierten Maniok garnieren und servieren.

Fernanda Brandao am 06. November 2017

Garnelen in Tomaten-Soße mit Brokkoli und Brot

Für zwei Personen

Für den Brokkoli:

1 Brokkoli	30 g Butter	Salz, Pfeffer
------------	-------------	---------------

Für die Garnelen:

6 Garnelen	600 g Ochsenherztomaten	1 rote kleine Chilischote
1 Gemüsezwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Ingwerknolle à 2 cm
250 ml trockener Weißwein	3 Stiele Basilikum	3 Stiele Koriander
Zucker	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das geröstete Brot:

$\frac{1}{2}$ Ciabatta-Baguette	3 EL Butter	Salz
---------------------------------	-------------	------

Für den Brokkoli:

Die Blätter von dem Brokkoli entfernen und den dicken Strunk abschneiden. Brokkoli abspülen, in einen Topf legen und mit kochendem Salzwasser bedecken und auf mittlerer Hitze ca. 15 Minuten gar kochen. Brokkoli herausnehmen, abtropfen lassen, kurz abkühlen lassen und dann in kleine Röschen teilen. Butter in einer Pfanne schmelzen und die Brokkoli-Röschen darin schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnelen:

Tomaten waschen, auf der Unterseite kreuzweise einschneiden, in eine Schüssel geben und mit kochendem Wasser übergießen. Tomaten darin ca. 30 Sekunden liegen lassen, anschließend mit einer Schaumkelle herausheben, kalt abschrecken und die Haut mit einem Messer abziehen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Chili halbieren, entkernen und ebenso fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Garnelen waschen, trocken tupfen, zugeben und unter Wenden ca. 3 Minuten anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen. Braten-satz mit Weißwein ablöschen, leicht einreduzieren lassen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Tomaten in Würfel schneiden, mit dem Basilikum ebenso zugeben. Sauce ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen. Dann Garnelen wieder zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Brot in hauchdünne Scheiben schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln und zum Garnieren beiseitelegen.

Für das geröstete Brot:

Brot in dünne Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Brotscheiben darin unter Wenden goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Garnelen in Tomaten-Sauce mit Brokkoli und geröstetem Brot auf Tellern anrichten, mit Koriander garnieren und servieren.

Hans Lehner am 04. Juli 2017

Garnelen in Tomaten-Soße, Feta, Ciabatta, Ouzo-Cocktail

Für zwei Personen

Für das Garides saganaki:

300 g Riesengarnelen	400 g geschälte Tomaten	3 getr. Öl-Tomaten
3 Ochsenherztomaten	200 g griech. Schafskäse	1 Stange Sellerie
1 hellgrüne Spitzpaprika	1 Knolle Ingwer à 2 cm	2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel	1 rote Chili	1 Zitrone, Schale
1 EL Tomatenmark	½ EL Puderzucker	75 ml trockener Weißwein
50 ml Krustentierfond	2 Zweige Oregano	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	2 Zweige Basilikum	½ Bund glatte Petersilie
2 Lorbeerblätter	3 Pimentkörner	2 EL Olivenöl
Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Brot:

½ Ciabatta	50 g Butter	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Salz	Pfeffer

Für den Likör:

40 ml Ouzo	20 ml Orangenlikör	20 ml Rum
1 Limette, Saft	2 Orangen, Saft	40 ml Kokossirup
8 Aniskörner		

Für das Garides saganaki:

Den Ofen auf 180 Grad Unter-/Oberhitze vorheizen.

Die Garnelen schälen, den Darm entfernen, mit kaltem Wasser abbrausen und mit Haushaltspapier trockentupfen, danach mit Salz und Oregano würzen.

Eine Knoblauchzehe abziehen und in Würfel schneiden, Rosmarin abbrausen und trockenwedeln und beides in einer Pfanne in 1 EL Olivenöl von jeder Seite 5 Minuten anbraten und aus der Pfanne nehmen.

Danach in der gleichen Pfanne Puderzucker karamellisieren und anschließend die Garnelenschalen dazugeben und anbraten. Danach Tomatenmark hinzufügen und 2 Minuten anrösten. Mit Weißwein ablöschen und 4 Minuten einköcheln lassen. Das ganze durch ein Sieb geben, dabei den Sud auffangen und warm stellen.

Die andere Knoblauchzehe wie die Zwiebel abziehen und kleinhacken. Selleriestange putzen und trockentupfen. Die Chilischote aufschneiden, entkernen und in dünne Streifen schneiden.

Spitzpaprika waschen, trockentupfen aufschneiden entkernen und in Würfel schneiden. Dosentomaten würfeln.

Die frischen Tomaten waschen und in Filets schneiden.

In die Pfanne 1 EL Olivenöl geben und Zwiebel, Knoblauch, getrocknete Tomaten, Spitzpaprika und die Selleriestange anbraten. Lorbeerblätter, Pimentkerne und Chilischote dazugeben und anbraten. Nun die Dosentomaten mit dem eigenen Tomatensaft dazugeben und 10 Minuten auf mittlerer Hitze einköcheln lassen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Anschließend den aufgefangenen Schalen-sud, die Ingwerscheiben, Petersilie, Rosmarin und Thymianzweige und die Tomatenfilets der frischen Tomaten hinzufügen. Die Tomatensauce etwas reduzieren lassen und anschließend mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Oregano abschmecken.

Danach die Tomatensauce in eine Auflaufform geben, die gebratenen Garnelen darauf verteilen, den zerkrümelten Schafskäse darüber geben und ca. 10 Minuten im Ofen überbacken lassen.

Für das Brot:

Das Ciabatta etwa in 2 cm dicke Scheiben schneiden. in einer Pfanne mit etwas Öl anrösten. Etwas Rosmarin und Thymian waschen und trockenwedeln, fein hacken und mit der Butter vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Likör:

Die Limette und Orangen halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Ouzo, Orangenlikör, Rum, Orangen- und Limettensaft sowie Kokossirup in einem Shaker geben. Die Aniskörner stoßen und mit Eiswürfeln im Shaker kräftig schütteln.

Das Saganaki auf großen flachen Tellern anrichten, etwas Zitronenschale darüber reiben und einige Spritzer kaltgepresstes Olivenöl darüber geben. Garnelen in pikanter Tomatensauce mit frischen Basilikumblättern garnieren und dazu geröstetes Ciabattabrot mit Kräuterbutter reichen und servieren.

Anastasia Varsami am 12. Juli 2017

Garnelen in Tortellini, Rinderfilet-Streifen mit Spinat

Für zwei Personen

Für den Teig:

2 Eier	2 EL Butter	150 g Weizenmehl
2 EL Olivenöl	Salz	

Für die Füllung:

350 g kleine Garnelen	100 g grüner Speck	4 cl Anislikör
100 ml H-Sahne	200 g Crushed-Ice	Salz, Pfeffer

Für das Rinderfilet:

1 Rinderfilet à 200 g	2 Zehen Knoblauch	1 EL Butterschmalz
2 Zweige Rosmarin	Salz	

Für den Spinat:

50 g junger Spinat	1 Zehe Knoblauch	50 g Basilikum
3 Stile Salbei	50 ml Olivenöl	2 TL weißer Balsamicoessig
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	1 Orange (Saft)
200 ml H-Sahne	5 cl Weinbrand	200 ml Krustentierfond
1 EL Tomatenmark	1 TL Lecithin	Salz, Pfeffer

Für den Teig: Das Weizenmehl mit Eiern und Olivenöl in eine Schüssel geben und zu einem Nudelteig verarbeiten. Eventuell etwas Wasser hinzufügen. Den Teig mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen und vier Quadrate daraus schneiden. Den Teig mit der Garnelenmasse füllen und zu Tortellini falten. Die Tortellini kurz in kochendem Salzwasser garen. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Tortellini darin schwenken.

Für die Füllung: Die Garnelen waschen. Den Speck grob würfeln. Die Garnelen mit etwas Crushed Ice in den Mixer geben. Anschließend den Speck und die Sahne dazugeben. Die Füllung mit Anislikör vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Rinderfilet: Den Ofen auf 140 Grad Umluft vorheizen. Den Knoblauch abziehen und andrücken. Den Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch, Rosmarin und Salz dazugeben. Das Rinderfilet von allen Seiten scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und im Ofen weiter garen. Später in Tranchen aufschneiden.

Für den Spinat: Den Spinat waschen, trockenschleudern und grobe Stile entfernen. Basilikum und Salbei abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Spinat, Basilikum und Salbei in ein Sieb geben und kurz vor dem Anrichten für 1 Minute im Nudelwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

Den Knoblauch abziehen und reiben. Spinat, Basilikum und Salbei mit Knoblauch, Olivenöl, Balsamicoessig, Salz und Pfeffer in eine Küchenmaschine geben und fein hexeln.

Für die Sauce: Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Orange halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Das Tomatenmark mit dem Orangensaft, Weinbrand, Lecithin, Knoblauch und Schalotten vermengen. Mit Fond aufgießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Anrichten die Sahne hinzugeben und mit dem Stabmixer aufmixen.

Mit Garnelen gefüllte Tortellini und Rinderfilet-Streifen mit Spinat und Krustentier-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Daniel Dannenberg am 25. Oktober 2017

Garnelen mit Orangen-Walnuss-Pasta und Feldsalat

Für zwei Personen

6 Riesen-Garnelen	100 g Linguine	30 g Feldsalat
3 unbehandelte Orangen	50 g Walnusskerne	1 EL Butter
250 ml Rinderfond	1 EL Walnussöl	Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen. Die Riesen-Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien. Anschließend waschen und trocken tupfen. Die Garnelen in der heißen Pfanne glasig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Linguine im Wasser bissfest garen. Anschließend das Wasser abgießen. Zwei Orangen waschen und die Schale abreiben. Anschließend die Orangen halbieren und den Saft auspressen. Die restliche Orange schälen und in kleine Filets schneiden. Anschließend die Walnusskerne klein hacken und ein paar beiseite stellen. In einer Pfanne das Walnuss- und etwas Olivenöl erhitzen und die Walnusskerne darin anrösten. Anschließend den Orangensaft und den Rinderfond dazugießen und die Sauce einkochen lassen. Mit Salz und der Orangenschale abschmecken. Danach die Nudeln unter die Sauce mischen, mit Pfeffer würzen und die Butter unterrühren. Den Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Anschließend den Feldsalat unter die Orangen-Walnuss Pasta geben. Die Garnelen mit der Orangen-Walnuss-Pasta und dem Feldsalat auf Tellern anrichten, mit den restlichen Walnusskernen und den Orangenfilets garnieren und servieren.

Antonia Bohrer am 30. Januar 2014

Garnelen mit Tomaten-Weißwein-Soße und Brot

Für zwei Personen

Für das Brot:

500 g Mehl	400 ml Buttermilch	1 TL feines Salz
2 TL Zucker	1 TL Natron	

Für die Garnelen:

16 Stück mittelgroße Rotgarnelen	2 Stück große Rotgarnelen	1 mittelgroße Gemüsezwiebel
3 Zehen Knoblauch	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	3 EL Tomatenmark
300 g stückige Tomaten in Sauce	6 cl Cognac	3 EL Panko-Mehl
350 ml trockener Weißwein	5-8 EL Olivenöl	4 EL Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

2 Zweige glatte Petersilie

Für das Brot:

Den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Mehl, Buttermilch, Salz Zucker und Natron in eine Schüssel geben und gut vermengen, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

Eine Brotbackform mit Backpapier auslegen und Teig einfüllen.

Oberfläche mit einem Pinsel mit etwas Wasser glatt streichen. Die Form mit einem Deckel verschließen und für 30 Minuten im Ofen backen. Die Form herausnehmen, das Brot mit dem Backpapier aus der Form heben und aufschneiden.

Für die Garnelen:

Die Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln.

3 EL Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die 6 mittelgroßen, ungeputzten Rotgarnelen auf beiden Seiten bei hoher Temperatur, bis sie eine rote Farbe annehmen, anbraten. Garnelen aus der Pfanne nehmen, die Temperatur reduzieren und im Bratensud Zwiebeln und Knoblauch glasig andünsten.

Tomatenmark dazugeben und kurz mit rösten. Mit Cognac ablöschen und flambieren. Mit Weißwein und Dosentomaten ablöschen. Olivenöl zugeben, salzen und pfeffern.

Die ungeputzten, mittelgroßen Garnelen wieder in den Sud geben und fünf Minuten auf kleinerer Flamme köcheln lassen.

Die 6 ungeputzten Garnelen aus dem Sud nehmen und 10 geputzten Garnelen dazugeben und für weitere fünf Minuten mit köcheln.

Die großen Garnelen in einer anderen Pfanne mit dem restlichen Pflanzenöl auf beiden Seiten glasig anbraten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Die mittelgroßen Garnelen aus dem Sud nehmen und warmhalten.

Panko-Brösel und Petersilie zum Sud geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Temperatur erhöhen und die mittelgroßen Garnelen in dem Sud erneut erwärmen.

Für die Garnitur:

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und die Spitzen abzupfen.

Die mittelgroßen Garnelen zusammen mit dem Tomatensud auf Tellern anrichten, die große Garnele drapieren, mit den Petersilienzweigen garnieren, das Brot in Scheiben schneiden, in einem Korb anrichten und alles zusammen servieren.

Doris Halsdorfer am 17. Juli 2017

Garnelen-Curry in der Kokosnuss-Schale

Für zwei Personen

180 g küchenfertige Garnelen	400 g Süßkartoffeln	150 g Zuckerschoten
4 Schalotten	400 ml Kokosmilch	$\frac{1}{2}$ Limette
4 Stiele glatte Petersilie	1 TL mildes Currypulver	2 EL neutrales Öl
Salz	Pfeffer	

Für das Garnelencurry 4 Schalotten abziehen, längs halbieren und in feine Halbringe schneiden. Süßkartoffeln schälen und in ca. 1cm große Stücke schneiden. 2 EL neutrales Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Süßkartoffeln darin bei mittlerer Hitze 3 Min. dünsten. Mit einem gehäuften TL Currypulver bestäuben und kurz mitdünsten.

Kokosmilch und 200 ml Wasser zugießen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles zugedeckt aufkochen und bei mittlerer Hitze 10 Min. garen. Dann Garnelen abspülen und mit Zuckerschoten zusammen in den Topf geben und circa 3 Min. mitgaren. Halbe Limette auspressen. Garnelencurry mit einigen Spritzern Limettensaft, etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur Blätter von 4 Stielen glatter Petersilie abzupfen und grob schneiden. Drei Garnelen aufspießen.

Garnelencurry in eine ausgehöhlte Kokosnusshälfte füllen und mit Garnelenspieß garnieren. Curry mit Petersilie bestreuen und servieren.

Theresa Hirsch am 08. September 2016

Garnelen-Curry mit indischem Fladenbrot (Naan)

Für zwei Personen

Für das Curry:

100 g Garnelen, geschält	200 g Süßkartoffeln	80 g TK-Erbesen
2 Schalotten	$\frac{1}{2}$ Limette	3 EL Joghurt
200 ml Kokosmilch	2 Zweige glatte Petersilie	2 EL mildes Currypulver
1 EL Rapsöl	gemahlene Cumin	Salz, Pfeffer

Für das ind. Fladenbrot (Naan):

125 g Weizenmehl	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	$\frac{1}{4}$ TL Salz
$\frac{1}{2}$ TL Backpulver	40 g Naturjoghurt	60 ml Milch
$\frac{1}{2}$ EL neutrales Pflanzenöl		

Für das Curry:

Die Schalotten abziehen, der Länge nach halbieren und in feine Ringe schneiden.

Die Süßkartoffeln schälen und in $1\frac{1}{2}$ Zentimeter große Stücke schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotten und die Süßkartoffeln darin bei mittlerer Hitze drei Minuten dünsten. Mit mildem Currypulver bestäuben.

Die Kokosmilch und 100 ml Wasser zugießen. Das Curry mit Salz und Pfeffer und Cumin abschmecken, kurz aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze zehn Minuten garen lassen.

Die Petersilie abbrausen, trocken wedeln und die abgezupften Blätter grob schneiden.

Die Erbsen und die Garnelen unter das Curry mischen und drei Minuten mit garen. Das Garnelencurry mit einigen Spritzern Limettensaft, Joghurt etwas Salz und Pfeffer würzen und mit Petersilie bestreuen.

Für das indische Fladenbrot (Naan):

Weizenmehl, Zucker, Salz, Backpulver, Naturjoghurt, Milch und Pflanzenöl in eine Schüssel geben, mit einem Löffel grob vermischen und dann mit den Händen zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten.

Den Brotteig vierteln und zu Kugeln formen. Jede Kugel zu einem Teigfladen ausrollen.

Eine beschichtete Pfanne trocken erhitzen, bis sie zu rauchen beginnt. Die Teigfladen ohne Zugabe von Fett von beiden Seiten ein bis zwei Minuten ausbacken.

Das Garnelencurry mit Naan auf Tellern anrichten und servieren.

Jenny Schwarz am 06. März 2017

Garnelen-Pfanne mit Baguette und Aioli

Für zwei Personen

Für die Garnelenpfanne:

400 g Garnelen	4 Frühlingszwiebeln	1 rote Chilischote
5 cm Ingwerwurzel	1 TL Zucker	80 ml Orangensaft
2 EL Austernsauce	2 EL Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für Baguette und Aioli:

$\frac{1}{2}$ Baguette	2 Zehen Knoblauch	1 Ei
1 TL mittelscharfer Senf	1 Zitrone	150 ml Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Garnelenpfanne Frühlingszwiebeln waschen, davon eine sehr fein hacken. Restliche Frühlingszwiebeln schräg in dünne, circa fünf Zentimeter lange Streifen schneiden.

Chilischote putzen und in dünne Ringe schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Ingwer, Chili und die gehackten Frühlingszwiebel darin andünsten. Garnelen waschen, trocken tupfen in der Pfanne drei Minuten von beiden Seiten anbraten. Austernsauce, Orangensaft und Zucker hinzufügen, aufkochen lassen und dann die Hitze wieder reduzieren. Das ganze etwa drei Minuten einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die restlichen Frühlingszwiebeln eine Minute vor Ende der Garzeit untermischen.

Baguette im vorgeheizten Ofen leicht erwärmen.

Für die Aioli Ei trennen. Eigelb, Senf und Zitrone verrühren. Knoblauch schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken und dazu geben. Öl unter ständigem Rühren zufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Garnelenpfanne auf Tellern anrichten, mit Baguette und Aioli servieren.

Christopher Grundmann am 06. Oktober 2016

Garnelen-Potsticker, Spitzkohl-Ananas im Zitronengras-Sud

Für zwei Personen

Für die Garnelen-Potsticker:

100 g Schweinehackfleisch	5 Garnelen	1 Zehe Knoblauch
2 cm Ingwer	1 Frühlingszwiebel	1 EL Sojasauce
1 EL Fischsauce	1 TL Sesamöl	200 g Mehl
100 ml warmes Wasser	1 TL Stärke	Salz

Für den Zitronengras-Sud:

5 Schalen von Garnelen	1 Schalotte	1 Limette (Saft)
1 cm Ingwer	5 getr. Shiitake-Pilze	200 ml Kokosmilch
1 rote Schote Chili	100 ml Kräuterschnaps	$\frac{1}{2}$ TL rote Currypaste
1 EL Fischsauce	3 Stile Zitronengras	3 Kaffirlimettenblätter
3 Zweige Koriander	1 TL Stärke	1 TL Zucker
Erdnussöl	Salz	

Für das Spitzkohl-Ananas:

300 g Spitzkohl	1 cm Ingwer	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
1 Frühlingszwiebel	1 Zehe Knoblauch	100 g Ananas
2 EL Fischsauce	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	1 TL Gochugaru
Salz		

Für die Garnelen-Potsticker:

Mehl, eine Prise Salz und Wasser vermischen, zu einem geschmeidigen Teig kneten und kurz ruhen lassen.

Ingwer schälen und kleinhacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. In einer Schüssel Ingwer, Frühlingszwiebel, warmes Wasser, Sojasauce, Fischsauce und Sesamöl vermengen. Die Schale der Garnelen entfernen und kleinschneiden. Garnelen und Hack zu der Masse geben und gut vermengen.

Den Teig ausrollen. Nacheinander zu Kreisen mit 12 cm Durchmesser ausstechen, mit je 1 EL der Mischung füllen und zu Halbmonden geformt verschließen, dabei die Teigkanten kräftig zusammendrücken. 75 ml Wasser angießen und sofort mit einem Deckel fest verschließen. Die Teigtaschen 6-7 Min. dämpfen. Den Deckel entfernen und sämtliches Wasser verdampfen lassen.

Für den Zitronengras-Sud:

Die Schalotte abziehen und fein würfeln. Das Zitronengras von der äußeren harten Hülle befreien und in feine Scheiben schneiden. Die Kaffirlimettenblätter ebenfalls fein schneiden. Die Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein schneiden. Den Ingwer schälen und in 3 dünne Scheiben schneiden. Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelenschalen und die Schalotten darin anschwitzen. Currypaste hinzugeben, mit Pernod ablöschen und Wasser und Shiitake-Pilze dazugeben. Mit Salz, Zucker, Ingwer, Zitronengras, Limettenblättern, Limettensaft, Chili und Fischsauce würzen. Den Sud aufkochen und 20 Minuten ziehen lassen. Den Sud durch ein Sieb geben und erneut aufkochen. Die Stärke mit etwas kaltem Wasser verrühren und unter den Sud rühren, bis eine leichte Bindung entsteht. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und beiseite stellen.

Für das Spitzkohl-Ananas:

Den Spitzkohl waschen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Den Ingwer schälen, fein hacken und mit Zwiebel und Knoblauch in einem Topf anschwitzen. Salzen und zuckern und für 10 Minuten schmoren lassen. Überschüssiges Wasser eventuell abgießen. Die Ananas schälen, in Würfel schneiden, mit Gochugaru zu dem Kohl geben und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Mit Fischsauce abschmecken.

Garnelen-Potsticker auf Spitzkohl-Ananas-„Kimchi“ im Zitronengras-Sud auf Tellern anrichten und servieren.

Janina Lindemann am 25. Oktober 2017

Garnelen-Ravioli mit Safran-Schaum und Wurzel-Gemüse

Für zwei Personen

Für den Nudelteig:

100 g Mehl	100 g Hartweizengrieß	1 Zitrone, Abrieb
90 ml Rote-Bete-Saft	1 Eigelb	2 EL Olivenöl
$\frac{1}{2}$ TL feines Salz		

Für die Füllung:

12 Garnelen	150 g Mascarpone	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Abrieb	1 Limette, Saft	3 EL Butter
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

1 Knolle Rote-Bete	1 Karotte	1 Pastinake
1 Zitrone, Saft	1 Prise brauner Zucker	2 EL Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für den Safranschaum:

100 ml trockener Wermut	200 ml Milch	200 g Sahne
8 Safranfäden	1 Msp. Lecithin	Salz

Für die Garnitur:

2 Riesengarnelen	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 EL Rapsöl
------------------	--------------------------------------	-------------

Für den Nudelteig:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Mehl, Grieß, Saft, Öl, Salz und Eigelb mit einem Handrührgerät mit Knethaken verkneten. Den Teig nochmals von Hand nachkneten, plattgedrückt in Frischhaltefolie wickeln und kühl stellen. Den Teig mit einer Nudelteigmaschine verarbeiten und zu dünnen Platten auswallen.

Für die Füllung:

Die Garnelen von der Schale befreien, längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, waschen und trockentupfen. Die Garnelen mittelfein hacken, in eine flache Form füllen und im Eisfach kurz angefrieren lassen. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und mit einem Sieb kurz in siedendem Wasser blanchieren. Mit der Moulinette die Garnelen und den Knoblauch pürieren. Mascarpone, etwas Limettensaft, Salz und Pfeffer zur Garnelenmasse geben und nochmals kurz pürieren.

Je 1 TL der Garnelenfarce auf die Teigbahnen geben, die Ränder mit Wasser einstreichen und mit einer zweiten Teigbahn belegt zu Ravioli formen. Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Ravioli darin ca. 2 Minuten ziehen lassen. In einer Pfanne Butter mit Rosmarin, Thymian und etwas Zitronenabrieb aufschäumen lassen und die Ravioli durch die Aromabutter schwenken.

Für das Gemüse:

Karotte, Pastinake und Rote-Bete schälen, putzen und in Streifen schneiden. Die Pastinake in Zitronenwasser einlegen, um braune Stellen zu vermeiden. Zwei Pfannen mit Rapsöl erhitzen. Die Rote Bete zuerst rösch anbraten. Karotte und Pastinake in der anderen Pfanne braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Karotte mit etwas Zucker karamellisieren.

Für den Safranschaum:

Die Safranfäden in einem kleinen Topf mit dem Wermut kurz aufkochen. Milch, Sahne und Lecithin hinzufügen und nochmals aufkochen lassen. Mit Salz abschmecken und mit einem Stabmixer schaumig aufmixen.

Für die Garnitur:

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Eine Pfanne aufsetzen, die Garnelen von der Schale befreien, längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, waschen, trockentupfen und in Rapsöl scharf anbraten. Die Ravioli und das Wurzelgemüse mit dem Schaum auf einem flachen Teller anrichten, die gebratene Garnele anlegen und die Petersilie verteilen.

Die pinkfarbenen Garnelen-Ravioli mit Safran-Schaum und glasiertem Wurzelgemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Rebecca Hintereck am 22. Mai 2017

Garnelen-Spieß mit Glasnudel-Papaya-Gurken-Salat

Für zwei Personen**Für die Spieße:**

6 Riesengarnelen	2 Zitronengrasstängel	2 Knoblauchzehen
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	1 kleine rote Chilischote	3 EL Olivenöl
Mildes Chilisalz	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

100 g Glasnudeln	$\frac{1}{2}$ Papaya	$\frac{1}{2}$ Salatgurke
1 Schalotte	1 Limette	1 TL Soja Sauce
1 EL flüssiger Honig	2 Zweige Koriander	1 EL Sesamöl
2 EL geröst., gesalzene Erdnüsse	Salz	Pfeffer

Für die Spieße:

Garnelen waschen und trocken tupfen. Zitronengras abbrausen, trockenwedeln. Jeweils 4 Garnelen auf einen Zitronengrasstengel spießen und auf eine Platte legen. Knoblauch schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Chilischote halbieren, entkernen und Schote fein hacken. Koriander abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Olivenöl, Knoblauch, gehackter Koriander, Chilischote, mildes Chilisalz und Pfeffer verrühren. Garnelen mit der Marinade bestreichen. Öl in der Pfanne erhitzen und die Garnelenspieße unter Wenden 4-5 Minuten braten. Mit Salz bestreuen.

Für den Salat:

Glasnudeln in lauwarmem Wasser ca. 10 Minuten einweichen. Nudeln gut abtropfen lassen. Papaya schälen, längs halbieren und die Kerne entfernen. Fruchtfleisch mit dem Sparschäler in dünne lange Streifen schneiden. Gurke waschen, in kleine Würfel schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken.

Schalotte abziehen und fein würfeln. Limette halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Gurkenwürfel, Papayastreifen und Glasnudeln mit den Schalottenwürfeln vermengen und mit Limettensaft, Soja Sauce und Sesamöl marinieren. Honig und Koriander ebenso unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Erdnüsse grob hacken und zum Garnieren beiseitelegen.

Zitronengras-Garnelen-Spieß mit Glasnudel-Papaya-Gurken-Salat auf Tellern anrichten, mit Erdnüssen und Koriander garnieren und servieren.

Sabine Strebel-Vogt am 12. September 2017

Garnelen-Spieße mit Walnuss-Pesto, Mango-Avocado-Salat

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

8 frische Riesengarnelen	50 g Walnusskerne	4 EL glatte Petersilie
8 Basilikumblätter	4 Knoblauchzehen	40 g Parmesan
3 EL Olivenöl	2 EL Walnussöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für den Mango-Avocado-Salat:

1/2 Mango (fest)	1/2 Avocado (fest)	100 g Rucolasalat
1/5 Gemüsezwiebel	3 EL Himbeeressig	3 EL Olivenöl
2 EL Honig	1 TL Senf	1 TL Schmand

Für die Aioli:

250 ml Rapsöl	2 Eier	1 EL Feigenessig
1 TL Zucker	1 TL Honig	1 TL süßer Senf
2 Knoblauchzehen	Salz	schwarzer Pfeffer

Für die Garnitur:

Basilikum	1 Zitrone
-----------	-----------

Für die Aioli den Knoblauch abziehen. Die Eier, den Feigenessig, den Honig, Zucker, Salz und Senf sowie den Knoblauch pürieren und unter Rühren das Rapsöl langsam einfließen lassen, bis die Masse steif ist.

Für die Garnelen die Knoblauchzehen abziehen und zwei fein hacken. Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, waschen und trocken tupfen. Das restliche Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und darin die Garnelen mit der Hälfte des Knoblauchs anbraten. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Den Salat waschen und trocken schleudern. Die Zwiebeln abziehen und klein hacken. Die Mango und die Avocado schälen und das Fruchtfleisch vom Kern schneiden und würfeln.

Die Sonnenblumenkerne und Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

Für das Walnuss-Pesto die Walnüsse mit dem Basilikum, der Petersilie, dem übrigen Knoblauch, dem Parmesan sowie dem Walnussöl zu einem Pesto pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Garnelen mit dem Pesto mischen, etwas zum Anrichten übriglassen, und ziehen lassen.

Abschließend die Garnelen aufspießen und im Backofen etwa vier Minuten grillen. und alles hübsch anrichten.

Die Riesengarnelen mit der Aioli und dem Salat auf Tellern anrichten und mit dem übrigen Pesto garnieren.

Svenia Schröter am 05. August 2015

Gazpacho, Muscheln in Tomaten-Soße, Garnelen, Sardinen

Für zwei Personen

Für die Gazpacho:	1 gelbe Paprika	1 rote Paprika
$\frac{1}{2}$ Salatgurke	$\frac{1}{2}$ Honigmelone	3 Zehen Knoblauch
400 ml Pizzatomen	50 g weißes Landbrot	100 ml Weißweinessig
100 ml Olivenöl	2 Zweig Thymian	10 g grobes Meersalz
Für die Sardinen-Tapas:	250 g Sardinen	$\frac{1}{2}$ weiße Zwiebel
2 EL Kapern	1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
Für die Muscheln:	150 g Miesmuschel-Fleisch	1 rote Spitzpaprika
1 Zitrone (Saft)	$\frac{1}{4}$ rote Zwiebel	2 Zehen Knoblauch
200 ml Pizzatomen	50 ml passierte Tomaten	2 TL scharfer Ajvar
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	1 Prise Cayennepfeffer	1 TL edelsüßes Paprikapulver
Olivenöl, Salz, Pfeffer		
Für die Garnelen-Tapas:	100 g. Riesengarnelen	1 Zitrone (Saft)
$\frac{1}{2}$ Schalotte	1 Zehe Knoblauch	2 getr. Öl-Tomaten
1 Scheibe Weißbrot	50 g. Butter	50 ml. trockenen Weißwein
Olivenöl, Salz, Pfeffer		

Für die Gazpacho: Das Brot von der Rinde befreien und würfeln. Paprika und Salatgurke waschen, trocken tupfen und würfeln. Knoblauch abziehen und fein hacken. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Nadeln zupfen. Brot, Paprika, Gurke, Knoblauch sowie Meersalz, Tomaten, Öl, Weißweinessig und Thymiannadeln in einen Mixer geben und zerkleinern. Die Masse mit 500 ml Wasser anfüllen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und im Kühlschrank kalt stellen. Honigmelone aus der Schale lösen und fein würfeln. Melone und Paprika sind Einlager zur Suppe.

Für die Sardinen-Tapas: Die Zitrone halbieren. Eine Hälfte auspressen, die andere Hälfte in dünne Scheibchen schneiden. Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kapern hacken. Sardinen mit Zwiebelstreifen, Kapern, dünnen Zitronenscheibchen und Petersilie anrichten. Mit dem Saft der übrig gebliebenen Zitronenhälfte beträufeln.

Für die Muscheln: Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Spitzpaprika waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einem Schmortopf erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Paprika anschwitzen. Muschelfleisch dazugeben. Nach 3 Minuten Pizzatomen und passierten Tomaten hinzufügen. Mit Ajvar und etwas Paprikapulver würzen. Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen und Saft auffangen. Zitronensaft über den Schmortopf gießen. Mit Cayennepfeffer abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und ebenfalls untermengen. Leicht mit Pfeffer und Salz würzen. Danach ca. 4-5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Den Knoblauch und Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Tomaten in feine Stücke schneiden. Weißbrot von der Rinde befreien und daraus Croutons große Stücke schneiden.

Für die Garnelen-Tapas: Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen mit Knoblauch, Schalotten, Weißbrot und Tomaten anbraten. Nach knapp 2 Minuten mit Weißwein ablöschen und zur Bindung die eiskalte Butter montieren. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Gazpacho in Gläser füllen, Garnelen-, Sardinen- und Muschel-Tapas in kleine Schälchen geben, auf Tellern anrichten und mit Weißbrot, Chorizo und Pimentos garnieren.

Helmut Ketteniß am 21. Juni 2017

Gebratene Cognac-Garnelen mit Tomaten-Risotto

Für zwei Personen

Für die Garnelen :

4 Riesengarnelen	2 Zehen Knoblauch	2 EL Tomatenmark
3 EL Cognac	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für das Risotto:

120 g Risottoreis (Arborio)	3 Ochsenherztomaten, groß	1 Zwiebel, groß
100 ml trockener Weißwein	300 ml Gemüsefond	60 g geriebener Emmentaler
$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	Meersalz	Pfeffer

Für die Garnitur:

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

Für das Risotto die Zwiebel abziehen, kleinschneiden und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Den Risottoreis zu den Zwiebeln geben und bei kleiner Hitze unter Rühren kurz andünsten. Mit Weißwein ablöschen sowie nach und nach den Fond unter Rühren dazugeben, bis das Risotto schön cremig ist. Kurz vor Garende die Tomatenwürfel und den geriebenen Käse untermengen und mit Salz, Pfeffer und dem Basilikum würzen.

Die Riesengarnelen längs am Rücken aufschneiden, von Kopf und Schale befreien und entdarmen. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und den Knoblauch darin anschwitzen. Die Garnelen zugeben und kurz anbraten bis sie sich rosa verfärben. Mit Salz, Pfeffer, Tomatenmark würzen und mit dem Cognac ablöschen.

Die Riesengarnelen mit dem Risotto auf Tellern anrichten, mit frischem Basilikum garnieren und servieren.

Stefan Brunn am 15. Oktober 2015

Gebratene Garnelen in Orangen-Weißbier-Soße mit Reis

Für zwei Personen

12 Riesengarnelen	1 Zehe Knoblauch	1 Orange
250 g Reis	15 cl belgisches Witbier	6 Zweige glatte Petersilie
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Reis etwa 400 Milliliter Wasser und etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Reis zugeben, einmal umrühren und bei offenem Deckel und geringer Hitze circa 20 Minuten ziehen lassen, bis die Flüssigkeit vom Reis aufgenommen ist.

Die Orange in zwei Hälften teilen. Eine Orangenhälfte auspressen. Die zweite Orangenhälfte in Scheiben schneiden. Knoblauchzehe abziehen und zerquetschen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und kleinschneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Garnelen bei starker Hitze scharf anbraten, bis sie goldgelb glänzen. Knoblauch zugeben und die Garnelen darin schwenken. Mit Bier und Orangensaft ablöschen, Petersilie hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gebratenen Garnelen in Orangen-Weißbier-Sauce mit Reis auf Tellern anrichten und servieren.

Michèle van Beirs am 20. Dezember 2016

Gebratene Garnelen mit Risotto und Blattspinat

Für zwei Personen

3 Riesen-Garnelen	175 g Risottoreis	100 g frischer Blattspinat
1 Schalotte	2 Knoblauchzehen	1 Zitrone
30 g Parmesan	50 g Butter	600 ml Gemüsefond
1 Zweig Rosmarin	1 Chilischote	Olivenöl, Balsamicoessenz
Salz, Pfeffer		

Den Blattspinat waschen und trocken schleudern. Die Schale der Zitrone abreiben. Anschließend die Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Den Parmesan reiben. Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Die Schalotte abziehen, kleinhacken und in einem Topf mit Olivenöl glasig dünsten. Den Risottoreis dazugeben und anschließend solange dünsten, bis die Körner anfangen zu glänzen. Unter Rühren nach und nach mit einer Kelle den Gemüsefond hinzufügen, bis der Reis gar ist (ca. 20-25 Minuten). Anschließend den Zitronensaft, die Zitronenschale sowie den geriebenen Parmesan unterrühren. Mit Salz und Pfeffer fein abschmecken. Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, den Darm entfernen, von der Schale befreien, waschen und trockentupfen. Die Chilischote längs aufschneiden, von den Scheidewänden und den Kernen befreien und klein hacken. Die Knoblauchzehen abziehen und halbieren. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen kurz mit den gehackten Chilischoten, den Knoblauchzehen und dem Rosmarinzwig anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Garnelen mit dem Risotto und dem Blattspinat auf zwei Tellern anrichten und mit Balsamicoessenz dekorieren.

Julia Schlegel am 22. April 2014

Gebratene Jakobsmuscheln mit Zitrone und Ingwer

4 Jakobsmuscheln	4 Frühlingszwiebeln	$\frac{1}{2}$ kleine Zitrone
1 EL Sushi-Ingwer	$\frac{1}{2}$ EL Joghurtbutter	25 ml Gemüsefond
1 EL Rapsöl	$\frac{1}{4}$ TL Kurkuma	Salz
Pfeffer		

Jakobsmuscheln mit Küchenpapier trockentupfen, quer halbieren, salzen und pfeffern. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in Stücke schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Ingwer in einem Teesieb abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Etwas zum Garnieren beiseitelegen.

Ein Esslöffel Öl mit der Butter erhitzen im Wok erhitzen. Muscheln darin rundum ein bis zwei Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einem Teller beiseite stellen. Restliches Öl im Wok erhitzen, Frühlingszwiebeln zugeben und unter ständigem Rühren weichdünsten. Kurkuma, drei Esslöffel Zitronensaft und Gemüsefond hinzufügen. Etwas einkochen lassen, dann Jakobsmuscheln und Ingwer darin unter Rühren etwa eine Minute erwärmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten und mit Ingwerstreifen garnieren.

Christian Rombach am 29. Dezember 2015

Gefüllte Krabben-Conchiglioni auf gegrillter Paprika

Für zwei Personen

Für die Krabben-Conchiglioni:

6 große Muschelnudeln	200 g gekochte Nordseekrabben	100 g Frischkäse
1 reife Avocado	1 Limette	1 Knoblauchzehe
1 Bund Schnittlauch	Salz, Pfeffer, grob	

Für die gegrillte Paprika:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	1 Zitrone
6 EL Olivenöl	100 g Keimlinge	Salz, Pfeffer

Die Conchiglioni in heißem gesalzenem Wasser 15 Minuten oder nach Packungsanweisung kochen. Die Paprika waschen und das Kerngehäuse entfernen. Eine Grillpfanne erhitzen und drei Esslöffel Olivenöl hineingeben. Bei starker Hitze die Paprika von allen Seiten anbraten, dabei dürfen sich ruhig schwarze, verkohlte Stellen bilden. Den Knoblauch abziehen und sehr fein hacken. Den Schnittlauch waschen und ebenfalls fein hacken. Die Limette pressen. Dann die Avocado halbieren und aus einer Hälfte das Fruchtfleisch herausschaben. Die Krabben etwas zerkleinern und den Frischkäse mit der Avocado, den Krabben, dem Knoblauch, dem Schnittlauch und etwas Limettensaft vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Masse in die Conchiglioni füllen. Die Haut der gegrillten Paprika abziehen und die Paprika danach in Streifen schneiden. Die Zitrone auspressen. Nun die Paprika mit Öl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer marinieren und auf zwei Teller geben. Die gefüllten Conchiglioni darauf anrichten und mit den Keimlingen garnieren.

Hendrik Teutenberg am 20. November 2014

Gefüllte Sepia mit Steinpilz-Risotto und Vanille-Butter

Für zwei Personen

Für die Sepia:

2 Sepia	2 Chorizo-Würste	1 Knoblauchzehe
5 Zweige Rosmarin	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	1 EL Olivenöl

Für das Steinpilz-Risotto:

200 g Risottoreis	20 g frische Steinpilze	1 Knoblauchzehe
1 Schalotte	1 Stange Staudensellerie	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
3 EL Butter	100 ml trockener Weißwein	150 ml Gemüsesfond
50 g Parmesan	Pfeffer, Salz	

Für die Vanillebutter:

2 EL Butter	1 Vanilleschote
-------------	-----------------

Für die Sepiafüllung zunächst das Brät aus der Chorizo-Wurst herausdrücken. Die Sepiatuben von innen und außen gut säubern, trockentupfen und mit der Wurstmasse füllen. Die Tuben mit Zahnstochern verschließen. Die Steinpilze mit einem Messer säubern und den Schaum aus der Krone entfernen. Dann die Köpfe vom Stiel schneiden und die Stiele längs in Scheiben schneiden. Die Köpfe fein würfeln und die Pilze beiseite stellen. Für das Risotto die Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen. Den Risottoreis dazugeben und für zwei bis drei Minuten mitrösten. Dann mit Weißwein ablöschen und mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Nach und nach den Gemüsesfond dazugeben und immer wieder einkochen lassen, bis das Risotto schön cremig ist und der Reis noch etwas Biss hat (circa 18 Minuten). Die geschnittenen Steinpilze in einer Pfanne ohne Öl anrösten und danach zum Risotto geben. Dieses im Anschluss vom Herd nehmen. Den Parmesan reiben und zusammen mit der Butter unter das Risotto rühren. Für die Vanillebutter einen Esslöffel Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark auskratzen. Das Vanillemark zur Butter in die Pfanne geben und einziehen lassen. Dann die Pfanne vom Herd nehmen und noch einen Esslöffel Butter in die Pfanne geben, sodass die Vanillebutter eine sämige Konsistenz erhält. Anschließend einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Sepia darin von allen Seiten braten. Zusätzlich die Rosmarin- und Thymianzweige sowie eine Knoblauchzehe in die Pfanne geben. Zuletzt die Sepia in dünne Streifen schneiden und zusammen mit dem Risotto und der Vanillebutter auf Tellern anrichten.

Erdal Yelgin am 19. November 2014

Gefüllter Kopfsalat mit Krabben und Avocado

Für zwei Personen

100 g Nordseekrabben	2 Kopfsalate, klein	1 Zitrone
1 Avocado	1 EL Weißwein-Essig	1 EL Honig
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 rote Chilischote	1 EL Olivenöl
1 EL Kürbiskernöl	Salz, Pfeffer	

Den Salat waschen und trocken schleudern. Das Salatherz vorsichtig heraustrennen, so dass die übrigen Blätter am Strunk noch zusammenhalten. Das Salatherz in dünne Streifen schneiden. Die Zitrone waschen, trocknen und halbieren. Von der einen Hälfte mit dem Sparschäler die Schale dünn abziehen und die in feine Streifen schneiden. Eine Schüssel mit kaltem Wasser füllen und die Zitronenstreifen bis zum garnieren hineinlegen. Den Saft aus der geschälten Zitronenhälfte herauspressen und aufbewahren. Die Chilischote waschen, trocknen, der Länge nach aufschneiden und entkernen. Anschließend die Schote klein schneiden. Für die Marinade den Zitronensaft, den Essig, den Honig und die Chili in einer Schüssel verrühren. Das Olivenöl nach und nach unterschlagen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Avocado halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und klein schneiden. Die Avocado und die Salatherzenstreifen in die Marinade geben. Die Petersilie waschen, trocknen und die Blätter abzupfen. Einige zum garnieren aufbewahren und den Rest fein hacken. Die Petersilie nun unter den Avocado-Salat mischen. Den Avocado-Salat in den Salatkopf füllen und die Krabben, die Petersilienblätter und die Zitronenstreifen darüber streuen. Den gefüllten Kopfsalat mit Krabben und Avocado auf Tellern anrichten und mit ein wenig Kürbiskernöl beträufeln.

Philipp Amelung am 13. Januar 2014

Gnocchi mit Garnelen-Trüffel-Kräuter-Soße

Für zwei Personen

Für die Gnocchi:

500 g festkochende Kartoffeln	100 g Grieß	250 g Mehl
1 Ei	Salz	

Für die Sauce:

80 g weiche Butter	3 Zehen Knoblauch	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	300 ml Sahne	125 ml Gemüsebrühe
1 schwarzer, kleiner Trüffel	300 g Garnelen, ungeschält	

Die Kartoffeln schälen und in einem Topf mit gesalzenem Wasser kochen. Danach die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken und mit Grieß, Mehl, Salz und einem Ei zu einem glatten Teig vermengen. Aus dem Teig kleine Kugeln formen und mit der Gabel jeweils eine Rille eindrücken. Einen großen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen und die Gnocchi darin garen. Wenn die Gnocchi an der Oberfläche schwimmen, sind sie fertig. Den Knoblauch abziehen und mithilfe einer Knoblauchpresse in die Butter drücken. Petersilie und Schnittlauch kleinhacken und mit der Butter vermischen. Die Kräuterbutter daraufhin in einer Pfanne schmelzen. Die Garnelen schälen, entdarmen, hinzugeben und kurz anbraten. Sahne hinzufügen und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Gemüsebrühe würzen, danach die Sauce circa zehn Minuten einreduzieren lassen. Den Trüffel hobeln und hinzugeben. Anschließend die Sauce weitere fünf Minuten kochen. Zum Schluss den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und unter die Sauce mischen. Die Gnocchi zusammen mit der Sauce servieren.

Stefanie Rohr am 04. August 2014

Gratinierte Jakobsmuscheln mit zweierlei Risotto

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

5 Jakobsmuscheln

1 Ei

3 Knoblauchzehen

Paniermehl, Salz, Pfeffer

1 Zitrone

Für den Risotto:

200 g Risottoreis

1 Zwiebel

100 g Parmesan

Olivenöl, Salz, Pfeffer

100 g Steinpilze, frisch

1 Bund Petersilie, glatt

2 EL gekörnte Gemüsebrühe

250 g Spargel, grün

100 g Butter, zimmerwarm

100 ml Weißwein

Einen Topf für den Spargel mit einer Prise Salz und einer Prise Zucker zum Kochen bringen. Den Ofen auf 200 Grad mit Grilloberhitze für die Jakobsmuscheln vorheizen. Für das Risotto die Zwiebel schälen, fein hacken und mit Olivenöl in einem Topf glasig dünsten, den Risottoreis dazu geben, umrühren und mit den Zwiebeln anschwitzen. Anschließend den Reis mit dem Weißwein ablöschen und unter ständigem Rühren und Zugeben der gekörnten Gemüsebrühe einkochen. Den grünen Spargel waschen, trocken tupfen, schälen und klein schneiden. Für die Garnitur zwei ganze Spargel aufheben. Die restlichen Spargelstücke in dem kochenden Wasser bissfest garen. Die Steinpilze putzen, trocken tupfen und in feine Scheiben schneiden. Für die Garnitur zwei Scheiben beiseitelegen. Die Petersilie waschen, trocken tupfen, von den Stängeln befreien und klein hacken. Die Steinpilze in etwas Butter mit Pfeffer, Salz und der kleingehackten Petersilie andünsten. Den Parmesan reiben und mit der zimmerwarmen Butter unter den Risotto rühren und in zwei gleich große Portionen teilen. Unter die eine Portion die gedünsteten Steinpilze und unter die andere den grünen Spargel rühren. Die Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen und in einer heißen Pfanne in etwas Olivenöl von einer Seite kurz und scharf anbraten. Den Knoblauch abziehen, klein hacken und mit dem Paniermehl vermengen. Das Eigelb vom Eiweiß trennen und die Oberseite der Jakobsmuscheln damit bestreichen, mit Semmel-Knoblauchpanade bestreuen, salzen und im vorgeheizten Ofen mit Grilloberhitze bräunen. Für die Zitronensauce die Butter in einem Topf schmelzen, den Saft der Zitrone einrühren und mit Salz abschmecken. Auf einem Teller mit einem Servierring zwei Risotto-Türme portionieren und jeweils mit Spargelköpfen und Steinpilzscheiben garnieren. Die Jakobsmuscheln in Zitronenbutter als dritten Teil auf dem Teller anrichten und servieren.

Norbert Makowski am 11. Juni 2014

Griechische Risoni-Pfanne mit Garnelen und Tomaten-Soße

Für zwei Personen

Für die Risoni-Pfanne:

100 g Riesengarnelen (mit Schale)	100 g Riesengarnelen	100 g Risoni-Nudeln
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	2 EL süßscharfe Asia-Chilisauce
1 EL Sojasauce	1 Limette (Saft)	Zucker
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Tomatensauce:

2 große Tomaten	1 rote Paprika	$\frac{1}{2}$ kleine Zwiebel
1 Zehe Knoblauch	2 EL Ziegenfrischkäse	125 g Schmand
1 Zweig Basilikum	1 Prise Zucker	$\frac{1}{2}$ EL Olivenöl
2 Orangen (Saft)	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

50 g Fetakäse	10 Kirschtomaten, Rispe	1 Zweig Basilikum
Olivenöl	feines Meersalz	

Für die Risoni-Pfanne mit Garnelen:

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln darin gar kochen, anschließend gut abtropfen lassen. Garnelen längs am Rücken aufschneiden, Darm entfernen, von der Schale befreien, waschen und trockentupfen. Eine Garnele für die Garnitur in der Schale lassen.

Knoblauch abziehen und fein würfeln. Einen Wok mit Olivenöl erhitzen und Garnelen darin unter Wenden etwa 2 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Garnelen aus dem Wok nehmen und beiseite stellen. 2 Esslöffel Öl zugießen, Knoblauch zugeben und etwa 1 Minute andünsten. Die Nudeln zugeben und 1 weitere Minute anbraten, anschließend die Garnelen zugeben und weitere 2 Minuten braten. Mit 4 Esslöffel Wasser, etwas Limettensaft, Chili- und Sojasauce ablöschen und mit etwas Zucker abschmecken.

Für die Tomatensauce:

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Paprika vierteln und von Kernen befreien. Tomaten auf der Unterseite kreuzweise einritzen. Tomaten und Paprikaviertel für etwa 30 Sekunden in kochendes Wasser geben, dann mit einer Schaumkelle herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Anschließend mit einem Messer von der Haut befreien und in Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Knoblauch abziehen und eine halbe Zehe fein hacken. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Tomate und Paprika zugeben. Basilikum abrausen und trockenwedeln und 2 Basilikumblätter hinzufügen. Mit Zucker, etwas Orangensaft, Salz und Pfeffer würzen. Schmand und Ziegenfrischkäse zugeben und leicht köcheln lassen

Für die Garnitur:

Fetakäse in kleine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und die Tomaten an der Rispe in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Schwenken etwa 4 Minuten schmoren. Mit etwas Meersalz würzen. Basilikum abrausen, trockenwedeln und in feine Streifen schneiden. Griechische Risoni-Pfanne mit Garnelen und Tomatensauce auf Tellern anrichten, Garnitur darüber verteilen und servieren.

Linda Koch am 24. April 2017

In Kokosmilch-Sud gegarte Jakobsmuscheln, Glasnudel-Salat

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

4 Jakobsmuscheln	1 Schalotte	1 Stück Ingwer à 15g
125 ml Kokosmilch	50 ml Gemüsefond	30 g Butter
30 g Panko	1 Zweig Koriander	1 Kaffir-Limetten-Blatt
2 EL Sesamöl	Zucker	Salz

Für den Glasnudelsalat:

40 g Glasnudeln	25 g Shiitake	25 g Zuckerschoten
1 Karotte	1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Zehe Knoblauch
1 Limette	2 EL Austernsauce	3 EL Sweet Chili-Sauce
2 EL Sesamöl	Chili	Salz

Den Backofen auf 230 Grad Grillfunktion vorheizen.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.

Für den Glasnudelsalat Nudeln mit kochendem Wasser übergießen und 5 Minuten ziehen lassen. Pilze säubern, Stiele abschneiden und in feine Streifen schneiden. Zuckerschoten waschen und in feine Streifen schneiden. Karotte waschen, schälen und die Hälfte mit dem Sparschäler in dünne Streifen hobeln. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotte und Knoblauch darin glasig dünsten. Pilze, Karotte und Zuckerschoten hinzugeben und kurz mit braten. Eine halbe Limette auspressen und den Saft mit Austernsauce, Sweet Chili-Sauce, Salz und Chili zu dem Gemüse geben. Glasnudeln abgießen, abtropfen lassen und mit dem Gemüse in einer Schüssel mischen.

Für den Kokosmilch-Sud Ingwer schälen, Schalotte abziehen und beides grob würfeln. Sesamöl erhitzen, Ingwer und Schalotte darin anbraten. Kokosmilch und Gemüsefond angießen, Kaffir-Limettenblatt zugeben und Sud mit Salz und Zucker abschmecken. Den Sud auf 50 Grad bringen.

Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen und in den Sud legen. Zugedeckt etwa fünf Minuten ziehen lassen.

Koriander waschen, Blätter abzupfen, in einem Mörser zerstoßen und fein mahlen. Panko mit Koriander vermengen.

Jakobsmuscheln aus dem Sud nehmen, in eine Auflaufform setzen und mit Koriander-Panko-Mischung bestreuen. Butter in Flöckchen darauf geben und unter dem Backofengrill eine bis zwei Minuten überbacken. Kokosmilch-Sud durch ein Sieb gießen und schaumig schlagen.

Die in Kokosmilch-Sud gegarten Jakobsmuscheln mit Glasnudelsalat anrichten und servieren.

Sidney Schlange am 08. Februar 2016

Insalata di conchiglie auf Mini-Zucchini mit Bruschetta

Für zwei Personen

Für den Muschelsalat:

200 g Miesmuscheln	400 g Venusmuscheln	20 g Queller
7 Kirschtomaten	2 Schalotten	3 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	200 g eingel. Öl-Pimientos	100 ml Olivenöl
50 ml trockener Weißwein	2 Zweige Thymian	3 Zweige glatte Petersilie
Olivenöl	Meersalz	Pfeffer

Für die gegrillte Zucchini:

4 Mini-Zucchini	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
-----------------	---------------	---------------

Für die Bruschetta:

1 Ciabatta-Brot	100 g Parmesan	2 große Strauchtomaten
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
2 Prisen Chilipulver	1 EL getrockneter Oregano	Olivenöl, Salz

Für die Balsamico-Creme:

25 ml trockener Rotwein	25 ml Balsamico-Essig	25 ml Orangensaft
2 EL flüssiger Blütenhonig		

Für den Queller in einem Topf Wasser zum Kochen bringen.

Für die Tomaten in einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für den Muschelsalat Muscheln abbürsten, putzen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Schalotten und Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln. Thymian und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten, Knoblauch und einen Zweig Thymian hinzufügen. Miesmuscheln dazugeben, anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Zugedeckt etwa 3 Minuten garen. Venusmuscheln hinzufügen und weitere 5 Minuten garen, bis alle Muscheln geöffnet sind. Muscheln in ein Sieb geben, Sud auffangen. Geschlossene Muscheln entsorgen. Queller circa 20 Sekunden in ungesalzenem Wasser blanchieren, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Kirschtomaten kurz in kochendes Wasser geben. Häuten, Strunk entfernen und vierteln. Eingelegte Pimientos in Streifen schneiden.

Für die Vinaigrette Muschelsud in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Restliche Thymianblättchen und Petersilie von den Stielen zupfen und fein hacken. Zitrone waschen und $\frac{1}{2}$ TL Schale abreiben, dann halbieren und Saft auspressen. Muschelsud, Thymian, Petersilie, Zitronenschale und Olivenöl verrühren. Vinaigrette mit Meersalz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Warme Vinaigrette über Muscheln gießen und mit Tomaten, Pimientos und Queller vermengen.

Für die gebratenen Zucchini Mini-Zucchini waschen, putzen und Enden entfernen. Zucchini längs in dünne Scheiben schneiden. Grillpfanne mit Öl bepinseln und erhitzen. Zucchini von beiden Seiten goldbraun braten, salzen und pfeffern.

Für die Bruschetta Balsamico-Creme herstellen. Balsamico-Essig und Rotwein in einem Topf zum Kochen bringen und dickflüssig einkochen lassen. Orangensaft und Honig hinzugeben, nochmals aufkochen lassen. Balsamico-Creme zum Abkühlen beiseite stellen.

Tomaten kurz in kochendes Wasser geben. Häuten, Strunk und Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch würfeln. Tomatenwürfel in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Tomatenwürfel, Basilikum, einen Schuss Olivenöl, Zwiebel und Knoblauch in einer Schüssel vermengen. Mit Salz, Chilipulver und getrocknetem Oregano abschmecken.

Parmesan reiben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Ciabatta in 2 cm dicke Scheiben schneiden und in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun rösten. Brot aus der Pfanne nehmen, Tomatenmasse darauf verteilen. Balsamico-Creme und Parmesan darüber geben.

Insalata di conchiglie auf gegrillten Mini-Zucchini mit Bruschetta auf Tellern anrichten und servieren.

Elke Welter am 12. September 2016

Jakobsmuschel auf Fenchel-Safran-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das Fenchelgemüse:

1 große Fenchelknolle Butter 1 Zitrone
1 Orange 1/2 Bund Blattpetersilie 150 ml Gemüsefond
150 ml Sahne 1 TL Safranfäden 1 Prise Zucker

Für die Garnitur:

6 Stängel Blattpetersilie 1 Limette Mehl, Salz, Pfeffer
Sonnenblumenöl

Den Fenchel waschen, trocken tupfen, das Fenchelgrün klein hacken und beiseite legen. Den halben Bund glatte Petersilie waschen, trocken tupfen, von den Stängeln befreien und die Blätter klein hacken. Den Fenchel in dünne Streifen schneiden und in einer Pfanne in Butter und einer Prise Zucker anschwitzen. Mit dem Saft der halben Zitrone und der halben Orange ablöschen, köcheln lassen, bis die Flüssigkeit reduziert ist. Anschließend den Gemüsefond aufgießen, die Safranfäden hinzugeben und einmal aufkochen. Die Sahne dazugeben und die Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren. Fenchelgrün und Blattpetersilie hacken und zum Fenchel geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Sonnenblumenöl zum Frittieren in einem tiefen Topf auf etwa 170 Grad erhitzen. Die sechs Stängel Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen, anschließend mehlieren und in dem erhitzten Sonnenblumenöl knusprig ausbacken. Die frittierten Petersilienblätter auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Jakobsmuscheln salzen, Pfeffern, mit Olivenöl beträufeln und in einer heißen Pfanne kurz von beiden Seiten scharf anbraten. Auf einem Teller die Jakobsmuschel auf dem Fenchelgemüse anrichten mit etwas Limettenabrieb und den frittierten Petersilienblättern garnieren und servieren.

Mario Böhme am 19. Juni 2014

Jakobsmuschel mit Zitronen-Butter, Sesam-Kohlrabi, Linsen

Für zwei Personen

Für die Linsen:

100 g Belugalinsen	1 Schalotte	100 ml Gemüsefond
4 EL Butter	1 Lorbeerblatt	1 EL getrockneter Thymian
Salz	Pfeffer	

Für die Jakobsmuscheln:

4 ausgel. Jakobsmuscheln	4 EL neutrales Pflanzenöl	Salz, Pfeffer
--------------------------	---------------------------	---------------

Für die Brösel:

4 EL Pankobrösel	1 Limette, (Abrieb)	1 Zitrone, (Abrieb)
4 Zweige Zitronenthymian	1 EL Butter	Salz

Für die Butter:

$\frac{1}{2}$ Bund Zitronenthymian	$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	1 Knolle Ingwer à 2 cm
4 EL Butter	Salz	Pfeffer

Für den Kohlrabi:

1 Kohlrabi	1 EL helle Sesamsaat	1 TL Zucker
2 EL Butter	Salz	

Für die Linsen:

Die Schalotte abziehen und fein hacken. 2 EL Butter in einer Pfanne aufschäumen, Schalotte und Belugalinsen darin anschwitzen und den Fond aufgießen. Lorbeerblatt und Thymian hinzugeben. 20 Minuten köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Linsen mit der übrigen Butter sämig abbinden.

Für die Jakobsmuscheln:

Die Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit Pflanzenöl erhitzen und die Muscheln von beiden Seiten etwa 1 Minute scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Brösel:

Die Butter in einer Pfanne aufschäumen. Von der Limette und der Zitrone einige Zesten reißen und diese mit dem Zitronenthymian in die Pfanne geben. Die Brösel dazugeben und hellbraun anrösten. Mit etwas Salz würzen und auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Für die Butter:

Den Zitronenthymian abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Die Butter mit einem Handrührgerät cremig aufschlagen.

Gehackten Zitronenthymian und Kurkuma unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Ingwer schälen und fein in die Butter reiben.

Für den Kohlrabi:

Den Kohlrabi schälen, halbieren und in kleine Streifen schneiden. Die Kohlrabiquader in einem Topf mit kochendem Salzwasser und den Zucker ca. 10 Minuten gar kochen. Den Kohlrabi abgießen und in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter anrösten und Sesam hinzufügen. Mit Salz würzen.

Die gebratene Jakobsmuschel mit Zitronenthymian-Butter, Sesam- Kohlrabi und Belugalinsen auf Tellern anrichten und servieren.

Jessica Jungmann am 20. November 2017

Jakobsmuschel trifft Chorizo mit mediterranem Gemüse

Für zwei Personen

Für das Surf and Turf:

4 ausgelöste Jakobsmuscheln 50 g Chorizo Olivenöl

Für das Gemüse:

$\frac{1}{2}$ Knolle Fenchel	1 rote Paprika	1 große Kartoffel
1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 EL Tomatenmark
100 ml Wermut	150 ml Krustentierfond	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse Fenchel waschen und in kleine Stücke schneiden. Paprika halbieren, von den Scheidewänden befreien und klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in feine Würfel hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebelwürfel darin glasig schwitzen. Knoblauch dazugeben und kurz mitschwitzen. Etwa die Hälfte von Paprika und Fenchel dazugeben. Tomatenmark einrühren und ebenfalls kurz mitrösten. Mit Wermut ablöschen, Krustentierfond angießen und das Ganze bei niedriger Hitze köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Kartoffel schälen, in zwei Millimeter dicke Scheiben hobeln und mit einem Ausstecher Kreise ausstechen. Kartoffelkreise in den Paprika-Fenchel-Fond geben und zehn Minuten gar kochen. Das restliche Paprika und Fenchel in Olivenöl circa fünf Minuten anschwitzen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Chorizo diese in der Moulinette fein hacken. Wurstbrösel in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten und anschließend aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Jakobsmuschel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln darin bei starker Hitze von einer Seite anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Jakobsmuscheln von der anderen Seite noch kurz nachziehen lassen.

Kartoffelkreise aus dem Sud nehmen. Den Sud durch ein feinmaschiges Sieb in einen zweiten Topf gießen, noch einmal aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Jakobsmuscheln mit Chorizo-Bröseln auf mediterranem Gemüse anrichten und servieren.

Melanie Globerger am 23. Februar 2016

Jakobsmuschel, Garnele, Wermut-Soße, Suppe, Tatar

Für zwei Personen

Für Jakobsmuschel:

4 Jakobsmuscheln, küchenfertig	5 Black Tiger Garnelen	1 Schalotte
1 Zehe Knoblauch	1 Stück Ingwer	1 Zitrone
50 ml französischer Wermut	100 ml trockener Weißwein	200 ml Krustentierfond
150 ml Schlagsahne	1 EL Speisestärke	½ Bund Schnittlauch
1 EL mildes Chilusalz	1 EL arabisches Kaffeegewürz	Zucker
Butter	Rapsöl	Meersalz
bunter Pfeffer		

Für die Süßkartoffel-Ingwer-Suppe:

250 g Süßkartoffeln	1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
3 cm Ingwer	1 Bio-Zitrone	1 Stange Zitronengras
50 ml trockener Weißwein	400 ml Gemüfefond	250 ml Schlagsahne
100 ml frischer Orangensaft	2 Stängel Koriander	1 EL rote Pfefferbeeren
geröstete Koriandersamen	mildes Chilusalz	Rapsöl
Chili	Meersalz	bunter Pfeffer

Für das Tatar:

1 Bachsaiblingsfilet à 100 g	1 Schalotte	1 Avocado
½ rote Chilischote	2 Limetten	1 Zitrone
2 grüne Äpfel	1 Passionsfrucht	50 ml Orangen-Essig
50 ml weißer Balsamico-Essig	3 EL Olivenöl	10 ml Johannisbeer-Sirup
3 Stängel Koriander	½ Bund Schnittlauch	Zucker
mildes Chilusalz	Chili	Meersalz
Bunter Pfeffer		

Für Jakobsmuschel und Garnele Jakobsmuscheln kalt abbrausen und trocken tupfen. Garnelen am Rücken einschneiden, entdarmen, kalt abbrausen und ebenfalls trocken tupfen. Jakobsmuscheln und Garnelen pfeffern und mit Fleur de Sel würzen. Rapsöl erhitzen, Jakobsmuscheln und Garnelen anbraten und warm stellen.

Für die Wermut-Sauce Schalotte und Knoblauch abziehen. Ingwer schälen und klein hacken. Rapsöl und Butter erhitzen, eine Garnele klein schneiden und andünsten. Schalotten, Knoblauch und Ingwer hinzugeben. Mit Wermut ablöschen und reduzieren lassen. Weißwein und Krustentierfond angießen. Sahne steif schlagen und hinzufügen. Sauce einkochen lassen und durch ein Sieb passieren. Mit Chilusalz, arabischem Kaffeegewürz, Zucker, Fleur de Sel und Pfeffer würzen. Sauce nach Belieben mit Speisestärke andicken und mit Zitronensaft und Zitronenabrieb abschmecken.

Für die Garnitur Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden. Wermut-Sauce auf einen Teller geben. Jakobsmuschel und Garnele darauf anrichten. Mit Schnittlauch garnieren.

Für die Süßkartoffel-Ingwer-Suppe Süßkartoffeln schälen und klein schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und ebenfalls klein schneiden. Rapsöl erhitzen, Knoblauch, Schalotte und Ingwer anschwitzen. Süßkartoffeln dazugeben, kurz mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen. Gemüfefond angießen. Zitronengras mit einem Messer anklopfen und ebenfalls zur Suppe geben. Wenn die Süßkartoffeln weich sind, Zitronengras entfernen. Schale der Zitrone abreiben. Orangensaft, Zitronenabrieb und 200 ml Sahne zur Suppe geben. Suppe pürieren. Koriandersamen mörsern. Suppe mit Koriandersamen, Chilusalz, Chili, Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken. Rote Pfefferbeeren mörsern. Restliche Sahne steif schlagen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Pfefferbeeren, steife Sahne und Koriander vor dem

Servieren auf die Suppe geben.

Für das Bachsaiblings-Tatar Bachsaibling kalt abrausen, trocken tupfen und zerkleinern. Schalotte abziehen und fein würfeln. Eine Limette waschen, Schale abreiben, halbieren und auspressen. Vinaigrette aus Limettenabrieb, Limettensaft, Schalotte, Balsamico-Essig, Olivenöl, Chilisalz, Chili, Pfeffer und Zucker herstellen. Schnittlauch abrausen, trockenwedeln, fein schneiden und untermischen.

Für das Avocado-Tartar einen Apfel waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Avocado schälen, entkernen und würfeln. Eine Limette waschen, Schale abreiben, halbieren und eine Hälfte auspressen. Chilischote halbieren, entkernen und klein schneiden. Koriander abrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Orangen-Essig, Koriander, Chili, Apfel, Avocado und Limettenabrieb vermengen und mit Fleur de Sel würzen.

Für die Garnitur zweiten Apfel waschen, entkernen und auf einem Gemüsehobel in sehr dünne Scheiben schneiden. Zitrone waschen, Hälfte davon auspressen. Saft mit Zucker und 1 EL Wasser mischen und über den Apfel träufeln. Passionsfrüchte halbieren, Kerne mit Johannisbeer-Sirup vermengen.

Apfelscheiben fächerförmig auf Teller legen. Avocado- und Bachsaiblings-Tartar abwechselnd in Vorspeisenringen anrichten und auf die Apfelrosette setzen. Mit Passionsfruchtkernen in Johannisbeer-Sirup garnieren.

Jakobsmuschel und Garnele mit Wermut-Sauce, Süßkartoffel-Ingwer-Suppe und zweierlei Tatar servieren.

Lydie Penez am 31. Mai 2016

Jakobsmuschel-Saltimbocca, Garnelen und Sepia-Tuben

Für zwei Personen

Für das Jakobsmuschel-Saltimbocca:

4 Jakobsmuscheln, küchenfertig	4 Scheiben Parmaschinken	1 Zitrone
20 g Ghee	3 EL Olivenöl	8 Blätter Salbei
Salz	Pfeffer	

Für die Chili-Knoblauch-Garnelen:

4 Garnelen	2 Zehen Knoblauch	1 Chillischote
5 TL flüssiger Blütenhonig	5 Chilifäden	1 Vanilleschote
Olivenöl		

Für die gefüllten Sepia-Tuben:

6 kleine Sepia-Tuben	1 Räucherforelle à 200 g	2 Bio-Zitronen
100 g Pinienkerne	1 Bund glatte Petersilie	Olivenöl
Salz	Weißer Pfeffer	

Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Jakobsmuschel-Saltimbocca Zitrone halbieren und Saft auspressen. Jakobsmuscheln kalt abbrausen, trocken tupfen, mit Pfeffer, Zitronensaft und wenig Salz würzen. Salbeiblätter abbrausen, trockentupfen. Schinken in gleich große Streifen schneiden, jeweils mit einem Salbeiblatt und einer Jakobsmuschel belegen. Schinken um die Jakobsmuschel und den Salbei wickeln. Olivenöl erhitzen. Saltimbocca darin rundum goldgelb anbraten. Dann auf dem Rost im Ofen bei 100 Grad warm stellen. Öl aus der Pfanne gießen, Ghee darin erhitzen. Restliche Salbeiblätter kurz aufschäumen lassen, salzen und pfeffern. Saltimbocca vor dem Servieren mit Salbeibutter umgießen.

Für die Chili-Knoblauch-Garnelen Garnelen kalt abbrausen, trocken tupfen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Knoblauchzehen abziehen, zerdrücken und dazugeben. Chillischote halbieren, entkernen und ebenfalls dazugeben. Garnelen im Chili-Knoblauch-Öl scharf anbraten. Vanilleschote halbieren und das Mark auskratzen. Vanillemark, Chilifäden und Honig zu den Garnelen geben, kurz durchschwenken.

Für die gefüllten Sepia-Tuben Sepia waschen und trocken tupfen. Eine Zitrone halbieren und Saft auspressen. Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne rösten. Forellenfilet, Zitronensaft und geröstete Pinienkerne in einem Mixer zerkleinern, mit weißem Pfeffer und Salz würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und unter die Forellen-Masse heben. Fischmasse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und die Sepia-Tuben damit füllen. Mit Zahnstochern verschließen und in heißem Öl etwa fünf Minuten braten. Zweite Zitrone heiß abwaschen, trocken reiben, halbieren und auf den Schnittflächen mit anbraten.

Jakobsmuschel-Saltimbocca, Chili-Knoblauch-Garnelen und gefüllte Sepia-Tuben anrichten, mit gebratenen Zitronen garnieren und servieren.

Claudia Büchner am 12. April 2016

Jakobsmuschel-Tatar und Nordseekrabben-Apfel-Salat

Für zwei Personen

Für das Tatar:

6 Jakobsmuscheln	100 g Zuckerschoten	20 g Ingwer
$\frac{1}{2}$ Limette	4 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

Für den Salat:

150 g Nordseekrabben	1 süßer Apfel	1 unbehandelte Zitrone
2 EL Schmand	1 EL Olivenöl	1 Bund Schnittlauch
3 Stängel glatte Petersilie	Salz	Pfeffer

Für die Limetten-Creme:

1 Limette	1 EL Limettenöl	100 g Crème fraîche
Salz	Pfeffer	

Für das Brunnenkresse-Pesto:

$\frac{1}{2}$ Bund Brunnenkresse	1 EL Apfelessig	1 EL Traubenkernöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

2 große festk. Kartoffeln	200 ml neutrales Pflanzenöl	Salz, Pfeffer
---------------------------	-----------------------------	---------------

In einer Fritteuse Pflanzenöl erhitzen.

Für das Tatar Limette auspressen. Ingwer schälen und fein reiben. Zuckerschoten waschen und in sehr feine Streifen schneiden. Jakobsmuscheln unter kaltem Wasser abbrausen, trocken tupfen und fein würfeln. Jakobsmuschel-Würfel mit Ingwer, Öl und Limettensaft verrühren. Zuckerschoten unterheben und mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Für den Nordseekrabben-Apfel-Salat Apfel waschen, trocken reiben und mit Schale in kleine Würfel schneiden. Nordseekrabben waschen, trocken tupfen, halbieren und in einer Schüssel mit dem Apfel vermengen. Schmand unterrühren. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, kleine Ringe schneiden und ebenfalls in die Schüssel geben. Schale der Zitrone abreiben. Saft auspressen. Zitronenschale und -saft sowie Olivenöl zur Krabben-Mischung geben und alles vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und als Garnitur über den Krabben-Apfel-Salat geben.

Für die Garnitur Kartoffeln waschen, mit dem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden und in Pflanzenöl frittieren. Die Chips auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Pesto Brunnenkresse abbrausen, trockenwedeln und mit Apfelessig und Traubenkernöl fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Limetten-Creme Crème fraîche mit einem Schneebesen cremig schlagen und mit dem Limonenöl, Salz und Pfeffer würzen. Limette waschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Limettenschale und Limettensaft zur Creme geben und vermengen.

Jakobsmuschel-Tatar und Nordseekrabben-Apfel-Salat mit Limetten-Creme, Brunnenkresse-Pesto und Kartoffelchips anrichten und servieren.

Graziella Macri am 12. April 2016

Jakobsmuscheln auf Beluga-Linsen und Nordsee-Krabben

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

8 Jakobsmuscheln 1 Zehe Knoblauch 150 g Butter

Für die Linsen:

250 g Belugalinsen 1 EL Aceto Balsamico 1 Lorbeerblatt

Für die Sauce:

100 g Nordseekrabben 1 Mango 1 Schalotte
2 EL Sahne 350 ml Hühnerfond 100 ml Champagner

1 Prise Burma Curry

Für die Garnitur:

2 Halme Schnittlauch

In einem Topf Wasser mit 1 EL Aceto Balsamico zum Kochen bringen. Linsen und Lorbeerblatt in das Aceto Balsamico-Wasser geben und ca. 20 Minuten garen.

Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Jakobsmuscheln mit Knoblauch in viel Butter anbraten, bis sie leicht Farbe bekommen haben.

Für die Champagner-Mango-Sauce Mango schälen und in Stücke schneiden. Schalotte abziehen und fein hacken. Mango und Schalotte in einem Topf andünsten. Anschließend mit Champagner ablöschen. Burma Curry und Hühnerfond hinzufügen und köcheln lassen. Abschließend Sahne zugeben und die Sauce pürieren. Kurz vorm Servieren Nordseekrabben hinzufügen.

Für die Garnitur Schnittlauch abrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Jakobsmuscheln mit Beluga-Linsen und Champagner-Mango-Sauce auf einem Teller anrichten, mit Schnittlauch bestreuen und servieren.

Beatrice Frischling-Eichmüller am 27. Juni 2016

Jakobsmuscheln im Speck-Mantel mit Linsen, Vanille-Soße

Für zwei Personen

4 Jakobsmuscheln	8 Streifen Bacon	80 g rote Linsen
1 Schalotte	30 g Rucola	1 Zitrone
2 Orangen	6 schwarze Oliven	50 ml Sahne
1 Vanilleschote	70 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Die roten Linsen waschen und abtropfen lassen. Die Schalotten abziehen, würfeln und mit drei Esslöffeln Olivenöl anschwitzen. Die Linsen dazugeben und mit 160 Milliliter Wasser ablöschen. Etwas Salzen und köcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist. Anschließend nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Orangen und die Zitrone halbieren und auspressen. Anschließend den Saft in einen Topf geben. Das Mark der Vanilleschote auskratzen und zusammen mit der Sahne zu dem Saft geben und alles aufkochen. Noch einmal abschmecken und warm stellen. Die Jakobsmuscheln waschen, trocken tupfen und leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rucola waschen, trocknen und klein schneiden. Die Oliven ebenfalls klein schneiden und beides zusammen mit einem Esslöffel Olivenöl vermengen. Die Oliven-Rucola-Masse auf den Baconstreifen verteilen und jeweils eine Muschel darin einwickeln und mit einem Zahnstocher fixieren. Eine Pfanne mit drei Esslöffeln Olivenöl erhitzen. Die unwickelten Jakobsmuscheln drei Minuten von jeder Seite anbraten. Die Jakobsmuscheln im Speckmantel mit Linsen auf Tellern anrichten und mit der Orangen-Vanille-Sauce garnieren.

Sebastian Noack am 16. Januar 2014

Jakobsmuscheln in Gänseschmalz, Karotten, Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

4 ausgelöste Jakobsmuscheln 350 g Gänseschmalz

Für die Karotten:

2 dicke Karotten 250 ml Karottensaft 100 ml Orangensaft
1 Msp. Currypulver 1 TL Zucker Salz

Für das Püree:

3 mehligk. Kartoffeln 100 ml Champagner 50 g Butter
100 ml Petersiliensaft $\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch Salz, Pfeffer

Für die Muscheln Gänseschmalz in einem Topf auf 55 Grad erwärmen und salzen. Die Jakobsmuscheln 25 Minuten darin garen, herausnehmen und abtropfen lassen.

Für das Püree Kartoffeln schälen, in einem Topf mit Salzwasser weichkochen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Champagner in einem weiteren Topf erwärmen.

Für die Karotten diese mit einem Apfelausstecher in fünf Zentimeter lange Zylinder ausstechen. Aus einer weiteren Möhre sehr dünne lange Streifen schneiden.

Möhren- und Orangensaft in einen Topf geben, mit Currypulver, Zucker und etwas Salz würzen. Den Saft aufkochen und darin die Karotten Zylinder und die dünnen Karottenstreifen al dente garen.

Die durchgepressten Kartoffeln nun mit Butter, erwärmten Champagner und Petersiliensaft zu einem Püree aufmontieren.

Zum Garnieren Schnittlauch putzen und in feine Röllchen schneiden.

Auf vorgewärmten Tellern einen Spiegel vom Püree anrichten. Darauf drei Karotten-Zylinder platzieren. Jakobsmuscheln in Karottenscheiben einrollen und dazu geben. Mit schwarzem Pfeffer würzen, mit Schnittlauch garnieren und anschließend servieren.

Heinz Günther Adolphs am 28. Dezember 2016

Jakobsmuscheln mit Avocado-Mango-Salat und Baguette

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

4 Jakobsmuscheln	1 Schalotte	30 g kalte Butter
75 ml trockener Sekt	3 EL Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

1 Avocado	1 Mango	1 Schalotte
1 kleine rote Chilischote	1 kleine gelbe Chilischote	1 Limette (Saft)
1 EL heller Sesamsaat	1 EL schwarze Sesamsaat	1 EL Sojasauce
2 Zweige Koriander	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Baguette:

200 g Mehl	1 TL Backpulver	1 Päck. Trockenhefe
50 ml Milch	1 Prise Zucker	1 EL Olivenöl
100 ml lauwarmes Wasser	Salz	

Für die Jakobsmuscheln:

Muscheln waschen und gut trocken tupfen. Schalotte abziehen und fein würfeln. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Muscheln darin von jeder Seite 1-2 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen.

Butter in Würfel schneiden. Restliche Schalotten im heißen Bratfett glasig dünsten. Crémant zugießen, aufkochen und ca. 1 Minute einköcheln lassen. Bei schwacher Hitze nach und nach Butter darunterschlagen.

Für den Salat:

Avocado halbieren, Stein entfernen, Fruchtfleisch herausholen und in kleine Würfel schneiden. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und in kleine Würfel schneiden. Chilischote halbieren, Kerne entfernen und fein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Limette halbieren, Saft auspressen, mit dem Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Chili, Koriander, Sesam, Sojasauce und Schalottenwürfel zugeben, verrühren. Avocado- und Mangofruchtfleisch zugeben, vorsichtig untermengen und eventuell nochmals abschmecken. Salat zu Anrichten in einen Servierring füllen.

Für das Baguette:

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Mehl, Salz, Trockenhefe, Zucker, Öl und Backpulver in einer Schüssel mischen. 100 ml lauwarmes Wasser hinzugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig zu einem Baguette formen. Im vorgeheizten Ofen auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech ca. 20 Minuten backen.

Gebratene Jakobsmuscheln mit Avocado-Mango-Salat und selbstgebackenem Baguette auf Tellern anrichten und servieren.

Leo Schulze-Vorberg am 12. September 2017

Jakobsmuscheln mit Chili-Vanille-Butter, Kürbis-Püree

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln	1 Zitrone	100 g Butter
2 Vanilleschoten	$\frac{1}{2}$ rote Chilischote	Meersalz

Für das Kürbispüree:

$\frac{1}{2}$ Hokkaido-Kürbis	$\frac{1}{2}$ Butternut-Kürbis	1 mehlig. Kartoffel, groß
1 Stk. Ingwer	1 Zitrone	200 g Butter
1 EL kalte Butter	400 ml Geflügelfond	4 EL Zitronensaft-Konzentrat
1 EL Olivenöl	Knoblauchsatz	Muskatnuss
Salz		

Für den Tomaten-Melonen-Salat:

$\frac{1}{2}$ Cantaloup-Melone	$\frac{1}{2}$ Galia-Melone	1 Rispe Cocktailtomaten, klein
1 EL Mangopüree	1 EL Olivenöl	1 Zweig Basilikum
Kräutersatz, Pfeffer	Salz	

Für die Garnitur:

1 Zweig Basilikum	1 Zweig Minze	1 Zweig Melisse
-------------------	---------------	-----------------

Geflügelfond zum Kochen bringen.

Für das Kürbispüree Kürbisse waschen, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Kartoffel schälen und würfeln. Beides im kochenden Fond bei geschlossenem Deckel zehn Minuten weich garen.

Für den Tomaten-Melonen-Salat Cocktailtomaten waschen und von den Rispen lösen. Mit dem Bunsenbrenner Cocktailtomaten abflämmen, bis die Haut Blasen wirft. Haut abziehen. Aus den Melonenhälften kleine Kugeln ausstechen. Minze- und Basilikumblätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Melonenkugeln, Cocktailtomaten, Olivenöl und Mangopüree vermengen. Minz- und Basilikumstreifen unterheben und mit Salz, Pfeffer und Kräutersatz abschmecken.

Kürbis-Kartoffel-Gemüse abgießen, Kochflüssigkeit auffangen. Im noch heißen Topf Butter schmelzen und braun werden lassen. Zitrone waschen und trocken reiben. Ingwer und Zitronenschale in die braune Butter reiben. Zitrone auspressen und den Saft dazugeben. Kürbis-Kartoffel-Gemüse und Zitronenkonzentrat hinzufügen. Fein pürieren und mit der aufgefangenen Kochflüssigkeit angießen. Kalte Butter dazu geben. Mit Olivenöl, Salz, Knoblauch-Satz und Muskatnuss sowie gegebenenfalls weiterem Ingwer- und Zitronenabrieb abschmecken.

Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. In einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze anbraten. Chilischote waschen, Kerngehäuse entfernen, Fruchtfleisch in feine Ringe schneiden. Vanilleschoten der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Jakobsmuscheln mit Meersalz würzen, Butter hinzugeben und aufschäumen lassen, Vanillemark und Chili hineingeben und durch schwenken. Zitrone waschen, Schale abreiben und zu den Muscheln geben.

Jakobsmuscheln mit Chili-Vanille-Butter, Kürbispüree und Tomaten-Melonen-Salat anrichten, mit Basilikum-, Melisse- und Minzblättchen garnieren und servieren.

Clara Kramer am 21. September 2015

Jakobsmuscheln mit Kohlrabi-Mus und Kokos-Vanille-Schaum

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln 1 $\frac{1}{2}$ EL Hartweizengrieß $\frac{1}{2}$ Knolle Wintertrüffel
2 EL Rapsöl

Für das Mus:

1 mittelgroßer Kohlrabi 1 EL Butter 100 ml Gemüsefond
50 ml trockener Weißwein 100 g Sahne 1 Msp. Chilipulver
 $\frac{1}{2}$ TL Honig $\frac{1}{2}$ TL Meersalz Pfeffer

Für den Kokos-Vanilleschaum:

200 ml Kokosmilch 50 g Kokosmark 50 ml Vanillelikör
50 ml Milch $\frac{1}{2}$ TL Honig Meersalz

Für die Garnitur:

30 g Rucola 50 g Friséesalat

Den Ofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Mus den Kohlrabi schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf Butter erhitzen und die Kohlrabi-Würfel darin bei mittlerer Hitze anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsefond und Sahne auffüllen. Alles aufkochen und etwa 15 Minuten köcheln.

Für den Schaum Kokosmark, Kokosmilch und Vanillelikör in einem Topf bei mittlerer Hitze ansetzen. Mit einem Stabmixer kräftig aufmixen.

Den Kohlrabi abgießen und die überflüssige Flüssigkeit auffangen. Den gegarten Kohlrabi durch ein feinmaschiges Sieb streichen, in den Topf zurückgeben und bei niedriger Hitze erwärmen. Mit Honig, Chilipulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Etwa 100 Milliliter der Kochflüssigkeit angießen. Die Jakobsmuscheln waschen und trockentupfen. Das Muschelfleisch im Hartweizengrieß wenden. In einer ofenfesten Pfanne das Rapsöl erhitzen und die Jakobsmuscheln darin von beiden Seiten jeweils 30 Sekunden kross anbraten, danach im Ofen fünf Minuten weitergaren. Mittig auf Tellern das Kokos-Kohlrabi-Mus platzieren und eine Jakobsmuscheln anrichten. Mit etwas Schaum bedecken und mit einigen Rucola- oder Friséebättchen garniert servieren.

Gerhilde Puxbaum am 22. Februar 2016

Jakobsmuscheln, Garnelen mit Reis-Nudeln, Mango-Chutney

Für zwei Personen

Für Jakobsmuscheln, Garnelen:

4 Jakobsmuscheln, à 25 g	4 Riesengarnelen	150 g Reismudeln
20 ml Sesamöl	1 EL Butter	Chiliflocken
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für das Mango-Chutney:

1 Orange	1 halbreife Mango	2 Schalotten
2 Zehen Knoblauch	20 g Ingwer	1 rote Chili, klein
2 EL Kokosraspel	20 ml Balsamicoessig	20 ml Sesamöl
$\frac{1}{2}$ Bund Minze	3 EL Zucker	Salz, schwarzer Pfeffer

Für den Curryschaum:

1 TL mildes Currypulver	50 ml Fischfond	30 ml Sahne
20 g Butter	1 Zehe Knoblauch	10 g Ingwer
Chilialz		

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund Thai-Koriander

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Für den Curryschaum den Ingwer schälen, den Knoblauch abziehen und beides kleinschneiden. In einem Topf anschwitzen, mit Fischfond ablöschen und zusammen mit der Sahne und dem Curry köcheln lassen. Die Butter dazugeben und alles mit einem Stabmixer glatt rühren und aufschäumen. Mit Chilialz würzen.

Für das Chutney die Orange und die Mango schälen. Die Orange enthäuten und das Fruchtfleisch klein würfeln. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Ingwer schälen und ebenfalls fein hacken. Die Chili längs aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und ebenfalls klein hacken. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und den Zucker darin karamellisieren. Die Schalotten, den Knoblauch, den Ingwer, die Chilischote und die Kokosraspeln hineingeben und anschwitzen. Mit Balsamicoessig ablöschen und köcheln lassen. Dabei ständig rühren, bis sich der Zucker vollständig auflöst. Anschließend die Orangen und die Mangowürfel dazugeben und alles so lange einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verkocht ist. Die Minze waschen, trocknen und fein hacken. Anschließend unter das Chutney rühren und alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen und von der Schale befreien. Die Jakobsmuscheln und Garnelen waschen und trockentupfen. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und beides darin etwa eine Minute anbraten. Danach wenden und auf der anderen Seite eine halbe Minute anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Garnelen und Jakobsmuscheln in der Resthitze eine Minute ziehen lassen. Die Butter dazugeben und die Muscheln und Garnelen darin wenden. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen.

Die Reismudeln für zwei Minuten in das kochende Wasser geben.

Den Curryschaum mit dem Stabmixer nochmals aufschäumen.

Die Jakobsmuscheln und Garnelen mit Reismudeln, Mango-Chutney und Curryschaum auf Tellern anrichten, mit Koriander garnieren und servieren.

Patrick Meyer am 07. Mai 2015

Jakobsmuscheln, Pinienkern-Lauch-Polenta, Tomaten-Salsa

Für zwei Personen

Für die Polenta:

250 ml Geflügelfond	250 g Sahne	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Muskatnuss	35 g Pinienkerne
125 g Polenta	50 g Parmesan	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch
Salz	Pfeffer	

Für die Jakobsmuscheln:

6 Jakobsmuscheln	3 EL Olivenöl	grobes Meersalz, Pfeffer
------------------	---------------	--------------------------

Für die Salsa:

6 getr. Öl-Tomaten	2 EL feine Kapern	1 Bund Petersilie
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Polenta Geflügelfond mit Sahne, Rosmarin- und Thymianzweig im Ganzen sowie etwas Muskatnuss und Salz und Pfeffer kurz aufkochen.

Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Fondmischung durch ein Sieb in einen feuerfesten Topf gießen. Rosmarinnadeln und Thymianblätter von den Zweigen zupfen und fein hacken. Fondmischung erhitzen und die Polenta einrühren, kurz aufkochen und die Hitze wieder reduzieren. Parmesan reiben. Den Lauch putzen und in feine Würfel schneiden. Lauchwürfel, Pinienkerne, Parmesan, Thymian und Rosmarin unter die Polenta mischen. Polenta im feuerfesten Topf im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene circa 15 Minuten fertig garen.

Für die Salsa Petersilie von den Stielen zupfen und hacken. Kapern und getrocknete Tomaten fein hacken, mit Olivenöl und der Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln darin von beiden Seiten je eine Minute scharf anbraten. Mit Salz und wenig Pfeffer würzen. Die gebratenen Jakobsmuscheln mit Pinienkern-Polenta auf Tellern anrichten, mit Tomaten- Kapern-Salsa garnieren, mit groben Meersalz bestreuen und servieren.

Maria Bostl am 06. Oktober 2016

Jakobsmuscheln, Rosinen-Gemüse-Couscous, Knoblauch-Dip

Für zwei Personen

Für die Muscheln:

4 Jakobsmuscheln Olivenöl Salz, Pfeffer

Für das Couscous:

60 g Couscous	1 Zucchini	1 Rote Paprika
10 Cherry Tomaten	1 Zehe Knoblauch	60 g Rosinen
200 ml Krustentierfond	½ Bund Thymian	1 EL gemahlener Koriander
1 EL Currypulver	Olivenöl	Chilipulver
Salz	Pfeffer	

Für den Knoblauch-Dip:

500 g Joghurt	200 g Schmand	3 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	½ Bund glatte Petersilie	3 TL Olivenöl
1 TL Salz	1 Prise Cayennepfeffer	

Für die Muscheln:

Jakobsmuscheln abbrausen und trocken tupfen. In einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten ca. 2 Minuten scharf anbraten. Leicht mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Couscous:

Knoblauch abziehen, durch eine Knoblauchpresse drücken und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Couscous hinzugeben. Mit dem Fond aufgießen und einkochen lassen. Paprika, Tomaten und Zucchini abbrausen und klein schneiden. In einer Pfanne mit Öl kurz blanchieren und mit Curry, Koriander, Chili, Salz und Pfeffer würzen. Thymian abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Rosinen unter den Couscous heben und den Thymian darüber verteilen.

Für den Knoblauch-Dip:

Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Mit dem Olivenöl verrühren, Salz und Cayennepfeffer zugeben und gut mit dem Joghurt und Schmand vermischen. Petersilie abbrausen und kleinhacken. Zitronenschale abreiben und zusammen mit der Petersilie und etwas Zitronensaft zu dem Dip geben.

Auf einem Teller das Rosinen-Gemüse-Couscous anrichten und die Jakobsmuscheln darauf verteilen. Dip in einem Schälchen daneben platzieren und servieren.

Matthias Sartor am 07. Februar 2017

Jakobsmuscheln, Thymian-Butter, Kohlrabi, Beluga-Linsen

Für zwei Personen

Für die Linsen:

100 g Belugalinsen	4 EL Butter	1 Schalotte
1 Lorbeerblatt	1 EL getr. Thymian	100 ml Gemüsefond
Salz	Pfeffer	

Für die Jakobsmuscheln:

4 Jakobsmuscheln	4 EL neutrales Pflanzenöl	Salz, Pfeffer
------------------	---------------------------	---------------

Für die Butter:

$\frac{1}{2}$ Bund Zitronenthymian	$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	4 EL Butter
Salz	Pfeffer	

Für den Kohlrabi:

1 Kohlrabi	1 EL Sesam	1 TL Zucker
2 EL Butter	Salz	

Für die Linsen:

Die Schalotte abziehen und fein hacken. 2 EL Butter in einer Pfanne aufschäumen, die Schalotte und Belugalinsen mit anschwitzen und den Fond aufgießen. Lorbeerblatt und Thymian hinzugeben. 20 Minuten köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Linsen mit der übrigen Butter sämig abbinden.

Für die Jakobsmuscheln:

Die Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit Pflanzenöl erhitzen und die Muscheln von beiden Seiten etwa 1 Minute scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Butter:

Den Zitronenthymian abbrausen, trockenwedeln, fein hacken. Die Butter mit einem Handrührgerät cremig aufschlagen. Gehackten Zitronenthymian und Kurkuma unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Kohlrabi:

Den Kohlrabi schälen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Die Kohlrabiwürfel in einem Topf mit kochendem Salzwasser und etwas Zucker ca. 10 Minuten gar kochen. Den Kohlrabi abgießen und in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter anrösten und Sesam hinzufügen. Die Kohlrabiwürfel daran anschwanken und mit Salz würzen.

Die gebratene Jakobsmuschel mit Zitronenthymian-Butter, Sesam- Kohlrabi und Belugalinsen auf Tellern anrichten und servieren.

Linda Koch am 22. Mai 2017

Kaisergranat, Garnele und Jakobsmuschel mit Guacamole

Für zwei Personen

Für die Meeresfrüchte:

2 Kaisergranate	2 Jakobsmuscheln	4 Garnelen
1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone
100 ml Olivenöl	1 EL mittelscharfer Senf	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Guacamole:

1 Avocado	1 Gurke	7 Kirschtomaten
1 Limette	1 Bund Koriander	Zucker
Chilipulver	Salz	

Für die Tomaten-Salsa:

7 Kirschtomaten	1 Speisewiebel	3 Zehen Knoblauch
2 cl Wermut	1 Bund Petersilie	Butterschmalz
Cayennepfeffer	Salz	Pfeffer

Für die Meeresfrüchte Kaisergranate, Garnelen und Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen.

Frühlingszwiebeln putzen und in kleine Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und klein hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Zitronensaft, Olivenöl, Frühlingszwiebeln, Senf und Knoblauch miteinander vermengen und Meeresfrüchte darin marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Meeresfrüchte aus der Marinade nehmen und von allen Seiten kurz scharf anbraten.

Für die Guacamole Avocado halbieren, Kern entfernen und Fruchtfleisch in eine Schüssel geben. Limette halbieren, auspressen und mit der Avocado zu einem Püree vermengen. Mit Salz würzen, mit Chilipulver und Zucker abschmecken. Gurke schälen und klein würfeln. Tomaten waschen, trocken reiben, Strunk entfernen und klein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Avocadopüree mit Tomaten, Gurke und Koriander vermengen. Für die Tomaten-Salsa Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und beides darin anbraten. Tomaten waschen, trocken reiben, Strunk entfernen und klein würfeln. Zu den Zwiebeln und zum Knoblauch in die Pfanne geben. Mit Wermut ablöschen, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und mit der Tomaten-Salsa vermengen.

Kaisergranat, Garnele und Jakobsmuschel mit Guacamole und Tomaten-Salsa anrichten und servieren.

Monika Wilhelmy am 12. April 2016

Kartoffel-Stampf im Alu-Päckchen mit Nordseekrabben

Für zwei Personen

Für den Kartoffelstampf:

3 mittelgroße Kartoffeln 150 g Butter

Für die Nordseekrabben:

200 g Nordseekrabbenfleisch	1 Zitrone	250 g Crème-fraîche
250 g Schmand	250 ml Sahne	1 EL mittelscharfer Senf
2 EL Tomatenketchup	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
Salz	Pfeffer	

Den Ofen auf 60 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den Kartoffelstampf die Kartoffeln waschen, schälen und in Stücke schneiden. In einem Topf mit Salzwasser etwa 15 Minuten gar kochen. An die Masse 3 EL Butter geben und stampfen. Einen kleinen Servierring auf ein Stück Alufolie stellen und den Stampf einfüllen. Die Alufolie an den Rändern umschlagen und den Servierring entfernen. Im Ofen auf einem Teller warmhalten. Für die Cocktailcreme mit einem Zestenreißer von der Zitrone einige Zesten reißen, anschließend halbieren, auspressen und Saft auffangen. Schmand, Crème fraîche und Sahne zu einer sämigen Crème verrühren. Schnittlauch kleinschneiden und unterrühren. Crème mit Zitronenzesten und dem -saft, Senf und Ketchup abschmecken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Cocktailcreme mit den Krabben auf den Stampf geben, mit einigen Zweigen Dill garnieren und servieren.

Heidi Becher am 08. Dezember 2015

Kastilische Paella mit Meeresfrüchten, Hähnchen-Flügeln

Für zwei Personen

Für die Paella:

10 große Garnelen	2 Calamari-Tuben	250 g Venusmuscheln
250 g Miesmuscheln	6 sehr kleine Hähnchenflügel	2 Strauchtomaten
1 Zehe Knoblauch	1 Speisezwiebel	1 grüne Paprika
50 g TK-Erbesen	50 g spanische grüne Oliven	250 g Paella-Reis
1 L Fischfond	250 ml Wermut	0,1 g Safranfäden
0,1 g Safranpulver	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Zitrone	2 Eier
-----------	--------

Venus- und Miesmuscheln für circa eine Stunde in kaltes Salzwasser legen. Erbsen auftauen. Safranfäden in etwas Fischfond einlegen.

Wasser zum Kochen bringen. Eier hart kochen und beiseite legen.

Für die Paella Zwiebel und Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden. Paprika und Tomaten waschen, trocken reiben, Kerngehäuse entfernen und beides ebenfalls würfeln.

Calamari abbrausen, trocken tupfen und in Ringe schneiden. Hähnchenflügel abwaschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Paellapfanne Olivenöl erhitzen und Hähnchenflügel goldbraun anbraten. Beiseite stellen. Zwiebel und Knoblauch in die Pfanne geben und anschwitzen. Paprika, Tomate und Calamari-Ringe hinzugeben und circa fünf Minuten anbraten. Paellareis dazugeben und glasig andünsten. Hähnchenflügel wieder hinzugeben und alles mit einem Viertel des Fonds ablöschen. Aufkochen lassen, Safranfäden hinzugeben und Temperatur herunter schalten. Reis auf mittlerer Stufe 20 Minuten unter gelegentlichem Rühren bissfest garen. Regelmäßig Fond nachgießen, am Schluss mit Salz und Pfeffer würzen und mit Safranpulver nachfärben.

Venus- und Miesmuscheln aus dem Salzwasser nehmen und putzen. In einem Topf Olivenöl erhitzen, Muscheln darin anschwitzen. Sobald sie sich öffnen, mit Wermut ablöschen. Die ungeöffneten Muscheln aussortieren. Muscheln abgießen, den Sud auffangen. Muscheln beiseite stellen. Einen Teil des Muschelsuds für ein besseres Aroma in die Paella geben.

Garnelen waschen, trocken tupfen und in Olivenöl glasig braten. Muscheln, Garnelen, Erbsen und Oliven zum gegarten Paella-Reis geben und zusammen noch einmal zwei Minuten erwärmen.

Eier pellen und vierteln. Zitrone waschen, trocken reiben und in Scheiben schneiden.

Paella in einer kleinen Paella-Pfanne anrichten, mit Eiern und Zitrone garnieren und servieren.

Graziella Macri am 11. April 2016

Knusper-Garnelen auf süß-scharfem Gemüse und Glasnudeln

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

6 Garnelen	2 Eier	20 g Panko-Mehl
20 g Kokosraspel	2 EL Mehl	Öl
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse:

1 Karotte	1 rote Paprika	3 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe	1 Stück Ingwer à 3 cm	2 rote Chilischoten
30 g eingel. Bambusstreifen	1 Limette	50 ml Gemüsebrühe
50 ml Ananassaft	1 EL Speisestärke	2 EL Waldhonig
3 EL Sojasauce	2 EL Sesamöl	Chiliflocken

Für die Glasnudeln:

75 g breite Glasnudeln	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
------------------------	------------------------------

In einer Pfanne Öl erhitzen und in einem weiteren Topf Wasser zum Kochen bringen.

Für das Gemüse die Möhre von den Enden befreien und schälen. Paprika waschen und Bambusstreifen abgießen. Gemüse in feine Julienne schneiden. Jede einzelne Schicht der Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden. Ingwer schälen, Knoblauch abziehen und beides reiben. Chilischote entkernen und klein hacken.

In einer Pfanne Sesamöl erhitzen, Möhren darin schwenken, Sojasauce, Gewürze, Honig, Paprika, Frühlingszwiebel und Bambus hinzugeben. Gemüse mit Gemüsefond ablöschen, Stärke mit etwas Wasser vermengen und mit der Sauce verrühren. Gemüse mit Limette, Ananassaft und den Gewürzen abschmecken.

Für die Nudeln die Glasnudeln in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen, fünf Minuten quellen lassen und das überflüssige Wasser abgießen. Koriander hacken und unter die Nudeln heben.

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Eier verquirlen und mit Salz würzen. Garnelen mehlieren, in die Eimasse tauchen und danach in Panko-Mehl und Kokosraspeln wenden. Die Garnelen in Öl von jeder Seite zwei bis drei Minuten goldbraun braten. Garnelen auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Knusper-Garnelen auf süß-scharfem Gemüse und Glasnudeln anrichten und servieren.

Jana Bornemann am 04. Januar 2016

Krabben in Curry-Soße mit Kräuter-Reis

Für zwei Personen

Für das Curry:

250 g Nordseekrabben	$\frac{1}{2}$ Ananas	1 weiße Zwiebel
1 Zitrone (Saft)	1 EL mildes Currypulver	$\frac{1}{2}$ EL Tomatenmark
125 ml Fischfond	50 ml Sahne	80 ml Milch
Mehl	Butter	Salz, Pfeffer

Für den Reis:

100 g Basmatireis	2 Zweige glatte Petersilie	Salz
-------------------	----------------------------	------

Für das Curry:

Die Ananas von Schale und Strunk entfernen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Butter und Zwiebeln in einem Topf anschwitzen. Currypulver und Tomatenmark mit 1 EL Milch vermengen und zu den Zwiebeln geben. Fischfond und restliche Milch und Sahne dazugeben, ca. 15 Minuten bei niedriger Hitze kochen und Salz und Pfeffer würzen. Sauce durchsieben und mit Mehl etwas andicken. Zitrone halbieren und auspressen. Mit Zitronensaft abschmecken und weitere 6-7 Minuten ziehen lassen. Krabben und Ananas in die Sauce legen. Aufkochen und Krabben nur 5 Minuten ziehen lassen.

Für den Reis:

Den Reis in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Reiswasser abgießen und Reis in einem Sieb auffangen. Petersilie unter den Reis mengen.

Die Krabben in Currysauce mit Kräuter-Reis auf tiefen Tellern anrichten und servieren.

Ingrid Kuchale am 14. August 2017

Kresse-Risotto mit Riesen-Garnelen und grünem Spargel

Für zwei Personen

3 Riesen-Garnelen	250 g Carnarolireis	200 g grüner Spargel
50 g Gartenkresse	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	150 g Butter	50 g Parmesan
250 ml Weißwein	750 ml Hühnerfond	1 EL Olivenöl
Butter, Salz, Pfeffer		

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Den Reis zugeben mit anschwitzen, mit dem Weißwein und einkochen lassen. Den Fond in einem Topf erwärmen und den Reis nach und nach damit auffüllen. Die Riesen-Garnelen von Kopf, Darm, Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Die Zitrone halbieren und auspressen. Vom Spargel die Enden abbrechen. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen zusammen mit dem Knoblauch in der heißen Butter glasig anbraten. In einer weiteren Pfanne Butter erhitzen und den grünen Spargel darin anbraten. Den Parmesan reiben. Das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend mit der Butter und dem Parmesan binden. Zum Schluss die Kresse unterrühren. Den Parmesan reiben und zusammen mit der Butter unter den Reis heben. Abschließend die Kresse unterrühren. Das Risotto mit dem grünem Spargel und den Riesen-Garnelen auf einem Teller anrichten und servieren.

Julia Wiesmann am 23. Januar 2014

Labskaus mit Jakobsmuschel und Wachteleiern

Für zwei Personen

Für den Labskaus:

4 große mehligk. Kartoffeln

4 Schalotten

150 ml Milch

300 g Corned-Beef

1 vorgekochte Rote-Bete

50 g Butter

1 EL Butterschmalz

1 große Essiggurke

Salz, Pfeffer

Für die Jakobsmuscheln, Wachteleier:

4 Jakobsmuscheln, ausgelöst

Rosa Pfefferbeeren

6 Wachteleier

Meersalz

2 EL Butterschmalz

Pfeffer

Für die Garnitur:

1 rohe, kleine Rote Bete

Kartoffeln schälen, grob würfeln und 20 Min. in Salzwasser kochen.

Schalotten abziehen, fein schneiden und in Butterschmalz andünsten. Das Corned Beef dazu geben und krümelig braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sehr dünne Scheiben der Roten Bete abschneiden, den Rest klein würfeln und kurz vor Ende der Kochzeit zu den Kartoffeln geben. Wasser abgießen, Milch und Butter hinzufügen und grob stampfen. Gewünschte Konsistenz mit Milch einstellen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Corned Beef mit Schalotten hinzufügen, warm halten.

Jeweils 3 Wachteleier vorsichtig öffnen und in eine kleine Schale geben. Aus der Schale in eine Pfanne gießen und als Spiegelei in Butterschmalz bei mittlerer Hitze braten. Parallel Jakobsmuscheln in sehr heißer Pfanne kurz beidseitig anbraten. Beides mit grobem Salz bestreuen, rosa Pfeffer zerdrücken und auf die Jakobsmuscheln geben, Wachteleier mit grobem Pfeffer bestreuen. Jakobsmuscheln eventuell auf Küchenpapier abtupfen.

Essiggurke in Scheiben schneiden. Die rohe Rote Bete in feine Scheiben hobeln.

Labskaus mit Wachteleiern, Jakobsmuschel sowie Rote Bete und Essiggurke auf Tellern anrichten und mit der rohen Rote Bete servieren.

Martin Rütze am 01. Februar 2016

Lachs, Kaisergranat, Hummer in Raviolo, Espuma, Lauch

Für zwei Personen

Für den Nudelteig:

30 g Weizenmehl Typ 405	70 g Hartweizengrieß	1 Ei
1 TL Limonenöl	2 g Salz	

Für die Füllung:

1 Lachsfilet à 50 g	50 g Hummerfleisch	25 g Fleisch vom Kaisergranat
2 TL Limettensaft	1 TL Butter	1 EL Sahne
4 große Blätter Basilikum	2 Zweige Oregano	$\frac{1}{4}$ Bund frischer Kerbel
1 Zweig Thymian	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	1 EL Butter
50 ml Sahne	50 ml Cognac	150 ml Weißwein
300 ml Krustentierfond	$\frac{1}{2}$ TL weißer Pfeffer	Mehlbutter
$\frac{1}{2}$ TL Koriandersamen	$\frac{1}{2}$ TL Senfkörner	1 Prise Kokosblütenzucker
Salz	Pfeffer	

Für den Zitronen-Espuma:

2 Zitronen (Abrieb + Saft)	1 TL gemahlene Zitronenschale	100 g Naturjoghurt
100 ml Sahne	2 EL Weißwein	30 g Agavendicksaft
Salz	Pfeffer	

Für das Lauchgemüse:

50 g Lauch	$\frac{1}{2}$ reife Birne	1 TL Butter
100 ml Gemüsefond	Salz	

Für den Macadamia-Crunch:

1 TL Butter	10 g Macadamianüsse	1 Prise Kokosblütenzucker
1 Prise Chilipulver	Salz	

Für den Nudelteig:

Mehl, Semola, Ei, Limonenöl und Salz vermengen. Den Teig gut kneten und dann für 20 Minuten ruhen lassen.

Für die Füllung:

25 g Lachs pürieren und die Sahne hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt stellen. Den Hummer, Lachs und das Fleisch vom Kaisergranat in Würfel schneiden. Basilikum, Oregano, Thymian und Kerbel abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Alles unter die Farce mischen, mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und kaltstellen.

Den Nudelteig dünn ausrollen. Auf eine Hälfte Kerbel streuen und nochmals dünn ausrollen. Runde Kreise ausstechen und die Fischfarce draufgeben. Die Enden der Ravioli schließen und in einem Topf mit siedendem Salzwasser etwa 2 bis 3 Minuten garen. Die Ravioli aus dem Wasser nehmen und in einer Pfanne mit Thymian in Butter schwenken.

Für die Sauce:

Die Schalotte und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in Butter mit dem Kokosblütenzucker anschwitzen. Mit Cognac, Weißwein und Krustentierfond ablöschen. Den weißen Pfeffer, die Koriandersamen und die Senfkörner in einem Mörser zerkleinern und dazugeben. Alles reduzieren lassen.

Die Sahne hinzugeben und die Sauce weiter köcheln lassen. Anschließend mit Mehl und Butter abbinden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Zitronen-Espuma:

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Abrieb und Saft mit der gemahlene Zitronenschale,

Joghurt, Sahne, Weißwein und Agavendicksaft zu einer homogenen Masse verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, in eine Siphon der Espuma-Flasche füllen und kalt stellen.

Für das Lauchgemüse:

Den Lauch von den Enden befreien und in Streifen schneiden. Die Birne halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und den Lauch mit der Birne darin anschwitzen. Mit Gemüsefond ablöschen und sanft dämpfen. Mit Salz abschmecken.

Für den Macadamia-Crunch:

Die Macadamianüsse in einem Mörser grob zerstoßen und in einer Pfanne mit Butter rösten. Mit Kokosblütenzucker, Salz und Chili abschmecken.

Mit Lachs, Kaisergranat und Hummer gefüllter Raviolo mit Zitronen- Espuma, Lauchgemüse und Macadamia-Crunch auf Tellern anrichten servieren.

Lena Ringwald am 25. Oktober 2017

Lady Mary's Crab Canapés mit Aperitif

Zutaten zwei Personen

Für die Canapés:

1 Baguette	200 g Nordseekrabbenfleisch	4 Stangen Frühlingszwiebeln
1 Zitrone, davon 2 EL Saft	125 g Frischkäse	120 g Parmesan
75 g Butter	1 TL grobes Meersalz	

Für die Mayo:

200 ml Sonnenblumenöl	2 Eier	1 TL Senf
1 TL Zitronen	Salz	Pfeffer

Für die Gewürzmischung:

2 Lorbeerblätter	1 TL Senfsaat	2 TL schwarzer Pfeffer
2 TL getrockneter Ingwer	2 TL Rosenpaprika	1 TL weißer Pfeffer
½ TL gemahlene Muskatnuss	1 TL gemahlener Piment	½ TL Chiliflocken
½ TL Muskatblüte	¼ Zimtstange	2 TL grobes Meersalz

Für den Aperitif:

40 ml Sherry	40 ml Orangenlikör	100 ml Orangensaft
--------------	--------------------	--------------------

Den Ofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Canapés Butter in einem Stieltopf schmelzen. Baguette in fingerdicke Scheiben schneiden und mit flüssiger Butter bepinseln. Im Ofen goldgelb rösten.

Für die Old-Bay-Gewürzmischung die Gewürze im Mörser vermengen, stoßen und gegebenenfalls mit einem Standmixer klein mahlen.

Für die Mayonnaise die Eier trennen. Öl, Senf, Eigelb, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß mit dem Stabmixer zu einer homogenen Creme mixen. Parmesan reiben, Frühlingszwiebeln putzen, von der äußeren Schale befreien und in feine Ringe schneiden. Käse mit 100 Gramm Mayonnaise, Frischkäse, Zitronensaft, Frühlingszwiebeln und einen Esslöffel der Gewürzmischung vermengen. Nordseekrabbenfleisch unterheben und die Masse auf den gerösteten Brotscheiben verteilen.

Brote im Ofen etwa zehn Minuten knusprig backen.

Lady Mary's Crab Canapés mit Aperitif auf Tellern anrichten und servieren.

Rainer Söcknick-Scholz am 13. Dezember 2016

Linguine mit Venusmuscheln

Für zwei Personen

Für die Linguine:

250 g Mehl 3 Eier Salz

Für die Muscheln:

500 g frische Venusmuscheln	2 Zehen Knoblauch	1 Zwiebel
1 Bund glatte Petersilie	1 EL Zitronensaft	150 ml Weißwein
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Linguine:

Eier aufschlagen und mit dem Mehl verkneten. Teig in 3 Teile teilen, durch die Nudelmaschine dünn ausrollen, mehlen und dann durch den Linguine Aufsatz ziehen. Anschließend 2 Minuten in einem Topf in Salzwasser kochen.

Für die Muscheln:

Venusmuscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten. Geöffnete Muscheln aussortieren. Muscheln in einen Topf geben, mit Weißwein auffüllen. Aufkochen, vom Herd nehmen und 5 Minuten im geschlossenen Topf ziehen lassen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, Zwiebel fein hacken und Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Petersilie darin andünsten. Mit dem Wein-Muschel-Sud ablöschen und 2-3 Minuten einkochen lassen. Aus der Hälfte der Muschel das Muschelfleisch lösen. Muschel und Muschelfleisch im Sud erwärmen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft kräftig abschmecken. Nudeln im Sud schwenken und erwärmen. Linguine auf einem Teller anrichten, die Muscheln darauf setzen und servieren.

Sylvia Mathäa am 07. Februar 2017

Mar y tierra von Jakobsmuschel, Chorizo, Kartoffel-Herzen

Für zwei Personen

Für das Mar y tierra:

4 Jakobsmuscheln	150 g Chorizo	$\frac{1}{2}$ Knolle Fenchel
$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ grüne Paprika	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 TL Tomatenmark	100 ml trockener Weißwein
150 ml Krustentierfond	2 Sternanis	5 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Kartoffel-Herzen:

2 große Kartoffeln	125 ml Krustentierfond	125 ml Gemüsefond
--------------------	------------------------	-------------------

Für das Mar y tierra:

Paprika halbieren, das Kerngehäuse herausschneiden und grob würfeln. Fenchel putzen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und reiben. Zwiebel abziehen, fein hacken und in einer Pfanne mit Öl glasig dünsten. Knoblauch und Tomatenmark dazugeben und mitrösten. Mit Weißwein ablöschen, Fond angießen. Fenchel, Paprika und Sternanis in den Fond geben und ca. 10 Minuten kochen. Den Fond durch ein Sieb passieren. Chorizo in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne ohne Fett ausbacken. Auf Küchentrepp abtropfen lassen. In einer weiteren Pfanne die Jakobsmuscheln in wenig Olivenöl kross von beiden Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kartoffel-Herzen:

Kartoffeln schälen und in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Mit einem Herzausstecher ausstechen und in einem Topf mit Gemüse- und Krustentierfond langsam garen. Kartoffeln aus dem Fond nehmen. Das 'Mar y tierra' von Jakobsmuschel und Chorizo mit Kartoffel-Herzen auf Tellern anrichten und servieren.

Niklas Klein am 14. Februar 2017

Meeresfrüchte-Pastetli

Für zwei Personen

Für den Blätterteig:

12 Scheiben Blätterteig 1 Ei 50 g weißer Sesam

Für die Meeresfrüchte-Füllung:

1 Lachsfilet, à 150 g	150 g Miesmuscheln	75 g Garnelen
2 gelbe Karotten	2 orange Karotten	1 Schalotte, groß
1 Knolle Ingwer, 6 cm	1 Lorbeerblatt	2 TL Maisstärke
1 EL Paprikapulver	500 ml Fischfond	100 g Crème-fraîche
Butterschmalz	Salz, Pfeffer	

Für die Garnitur:

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

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zunächst das Ei aufschlagen. Anschließend sechs Blätterteigscheiben pro Person mit einer Herzform ausstechen. Zwei davon übereinander legen, auf der Innenseite mit etwas Ei bestreichen und etwas andrücken. Diese bilden den Pastetenboden. Aus den übrigen vier Herzen mit einer kleineren Herzform die Mitte ausstechen, so dass sich Ringe ergeben. Die Ringe jeweils auf der Unterseite mit Ei bestreichen und auf den Pastetenboden schichten. Den Sesam auf dem oberen Rand verteilen und die Pasteten für etwa 20 Minuten in den Ofen geben. Die Karotten schälen, das Grün entfernen und in Würfel schneiden. Etwa fünf Zentimeter von einer gelben und fünf Zentimeter von einer orangefarbenen Karotte in dünne Scheiben schneiden. Die Würfel und die Scheiben in einen Topf mit kochendem Wasser geben und darin für etwa drei Minuten garen. Anschließend die Scheiben für die Dekoration beiseitelegen. Die Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien und mit den Miesmuscheln in den Topf geben und alles für ein bis zwei Minuten im Butterschmalz schwenken. Den Lachs waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. In einer Pfanne mit dem Butterschmalz von allen Seiten kurz kräftig anbraten. Die Schalotte abziehen und den Ingwer schälen, beides in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz andünsten. Die Maisstärke mit etwas Wasser anrühren und mit dem Fischfond etwa fünf Minuten einkochen lassen. Die Crème-fraîche und das Lorbeerblatt unterrühren und mit dem Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schalotten, den Ingwer, die Meeresfrüchte und den Lachs dazugeben und nochmals aufkochen lassen. Aus den Karottenscheiben mit einem Messer kleine Herzen schneiden und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Schnittlauch fein hacken. Die Meeresfrüchte-Pastetli auf Tellern anrichten und mit den Sternen und dem Schnittlauch garnieren.

Sandra Brenneisen am 08. September 2014

Meeresfrüchte-Quinotto, Jakobsmuscheln, Algen-Mayonnaise

Für zwei Personen

Für das Quinotto:

100 g Quinoa	1 Schalotte	1 Knolle Ingwer à 2 cm
40 g Rosinen	500 ml Gemüsefond	$\frac{1}{4}$ TL gemahlener Ingwer
$\frac{1}{4}$ TL Kurkuma	$\frac{1}{4}$ TL Garam Masala	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
2 EL Kokosöl	Salz	Pfeffer

Für die Muscheln:

8 ausgelöste Jakobsmuscheln	250 g Venusmuscheln	25 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Mayo:

3 getrocknete Algen	1 Ei	1 TL Senf
100 ml Olivenöl	grobes Meersalz	

Für das Quinotto Ingwer schälen, Schalotte abziehen und in einem Topf mit Öl anrösten. Aus gemahlenem Ingwer, Kurkuma und Garam Masala eine Gewürzmischung herstellen und mit dem Quinoa in den Topf geben. Etwa drei Minuten kräftig rösten und mit Gemüsefond aufgießen. Kurz aufkochen lassen und anschließend Rosinen hinzufügen. Bei mittlerer Hitze für circa 15 Minuten köcheln lassen. Koriander abrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter das Quinotto heben.

Für die Muscheln Venusmuscheln in eine heiße Pfanne geben, bis diese sich öffnen. Mit dem fertigen Quinotto vermengen. Jakobsmuscheln in einer Pfanne mit reichlich Olivenöl von beiden Seiten circa zwei Minuten kross anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Algenmayonnaise das Ei trennen. Eigelb mit Senf und Meersalz verrühren und in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer aufmixen. Kontinuierlich das Olivenöl angießen und den Stab dabei langsam nach oben ziehen. Getrocknete Algen in einem Mörser zu Pulver stoßen und unter die Mayonnaise mischen.

Das Meeresfrüchte-Quinotto mit gebratenen Jakobsmuscheln und Algen-Mayonnaise auf Tellern anrichten und servieren.

Ingrid Mittica am 19. September 2016

Meeresfrüchte-Ravioli, Zucchini, Zitronengras-Soße

Für zwei Personen

Für die Ravioli:

100 g Hartweizengries	80 g Mehl, Typ 405	2 Eier
50 ml Wasser	1 EL Olivenöl	1 TL Salz

Für die Füllung:

5 Jakobsmuscheln	7 Garnelen	30 g Butter
2 Zehen Knoblauch	1 Bund glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für die Beilage:

1 Zucchini	2 große Garnelen	2 Zehen Knoblauch
½ Bund Basilikum, für die Garnitur	2 EL Olivenöl	

Für die Sauce:

1 Stängel Zitronengras	40 g Butter	60 g kalte Butter
300 ml Weißwein	1 EL Wermut	300 ml Fischfond
1 Bund Zitronenthymian	1 Chilischote	3 EL Sahne

Für die Ravioli gesalzenes Wasser in einem Topf erhitzen.

Für die Füllung Knoblauch abziehen und fein hacken. Petersilie abbrausen und trocken wedeln. Blätter abzupfen und fein hacken. Jakobsmuscheln und Garnelen waschen, trocken tupfen und klein schneiden. Butter, Knoblauch, Petersilie, Jakobsmuscheln und Garnelen vermischen und beiseite stellen.

Für die Ravioli Mehl, Hartweizengrieß und Salz in eine Schüssel sieben und eine Mulde in die Mitte drücken. Die Eier trennen. Ein Eigelb, Olivenöl und 40 Milliliter Wasser in einem Becher verquirlen, nach und nach zum Mehl geben, die Mischung zu einem festen Teig verkneten und daraus eine Kugel formen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche fünf Minuten kneten, bis er weich und elastisch ist. Je ein Viertel des Nudelteigs mit der Nudelmaschine zu einem etwa zehn Zentimeter breiten, sehr dünnen Streifen ausrollen. Die Füllung teelöffelweise mit etwas Abstand auf den Teig geben. Eigelb mit drei Esslöffeln Wasser verquirlen und auf die Ränder des Teigs und zwischen die Füllungen streichen. Jeden Streifen längs über die Füllungen falten und die Ränder fest zusammendrücken. Die Streifen zwischen den Erhebungen mit einem Teigschneider durchschneiden. Die Ravioli in einem großen Topf etwa sechs Minuten kochen. Gut abtropfen lassen und im Topf warm stellen.

Für die Sauce Zitronengras mit einem Messer zerdrücken, anschließend klein schneiden und in 40 Gramm Butter anschwitzen. Einen Zweig Zitronenthymian hinzufügen. Mit Wermut ablöschen und mit Weißwein angießen. Fischfond dazu geben und alles miteinander reduzieren lassen. Anschließend die Sauce durch ein Sieb passieren. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, den Strunk entfernen und die Schote in kleine Stücke schneiden. In den passierten Sud kalte Butter, Chilistücke und Sahne einrühren.

Für die Beilage die Zucchini schälen und in Spiralen schneiden. Diese in die Sauce geben und etwa fünf Minuten mitziehen lassen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Garnelen waschen, trocken tupfen und in der Pfanne mit etwas Öl und gehacktem Knoblauch kurz und scharf anbraten. Zucchini-Spiralen aus der Sauce in die Mitte der tiefen Teller anrichten, darauf Ravioli legen. Garnelen zwischen die Ravioli platzieren. Die Sauce mit Hilfe eines Pürierstabs aufschäumen und alles damit beträufeln. Basilikum abbrausen und trocken wedeln. Einige Blätter abzupfen und das Gericht damit garnieren und servieren.

Elke Welker am 08. August 2016

Meeresfrüchte-Risotto

Für zwei Personen

Für den Risotto:

4 Riesengarnelen	4 ausgelöste Jakobsmuscheln	100 g TK-Meeresfrüchte
200 g Risottoreis	10 Cherrytomaten	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	100 g Parmesan	20 ml trockener Weißwein
200 ml Gemüsefond	200 ml Fischfond	1 EL Tomatenmark
$\frac{1}{2}$ TL rosenscharfes Paprikapulver	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	2 EL Butter
Salz	Pfeffer	

Für den Risotto die Zwiebel und Knoblauch abziehen und in einem großen Topf mit Butter glasig dünsten. Risottoreis hinzufügen und mit Tomatenmark ca. 3 Minuten kräftig anrösten. Den Risotto mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsefond aufgießen.

Garnelen von der Schale befreien, sorgfältig putzen und entdarmen. Muscheln abbrausen und trockentupfen. Riesengarnelen mit den Jakobsmuscheln in einer Pfanne mit wenig Butter ca. 3 Minuten beidseitig scharf anbraten.

Angetaute Meeresfrüchte in den Risotto geben und einmal aufkochen lassen. Tomaten waschen, trocknen, halbieren und mit Paprikapulver unterrühren. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und unter den Risotto heben.

Den Meeresfrüchte-Risotto mit den gebratenen Garnelen und Muscheln auf Tellern anrichten und servieren.

Bettina Peer am 01. September 2016

Miesmuscheln mit Bauern-Baguette und Bier-Soße

Für 2 Personen

Für die Miesmuscheln:

750 g Miesmuscheln	1 Zehe Knoblauch	50 g Butter
1 Zitronenblatt	1 Paket Brunnenkresse	2 EL Olivenöl

Für die Biersauce:

2 Tomaten	$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika	$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
200 ml Sahne	350 ml Märzenbier	1 Stück Ingwer, ca. 4 cm
1 Schote Chili	3 Zweige Thymian	Salz
1 Bauernbaguette		

Die Muscheln waschen und aussortieren. Für die Miesmuscheln den Knoblauch abziehen und mit einem Messer vorsichtig andrücken. In einen Topf das Olivenöl, die Butter, die Knoblauchzehe und das Zitronenblatt geben und erhitzen. Anschließend die Muscheln zugeben und drei Minuten anbraten. Für die Sauce den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen, vom Grün befreien in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und mit dem Paprika kleinschneiden. Anschließend die Tomaten, die Paprika, den Ingwer und die Zwiebel in den Topf geben. Den Thymian und die Chilischote untermengen und kurz anbraten lassen. Das Märzenbier zugeben und die Sahne unterrühren. Mit geschlossenem Deckel die Sauce fünf Minuten kochen. Drei dickere Scheiben von dem Bauernbaguette abschneiden. Die Miesmuscheln mit Bauernbaguette und Biersauce auf Tellern anrichten, mit der Brunnenkresse garnieren und servieren.

Alexandra Ehlert am 09. Oktober 2014

Miesmuscheln mit Dips, Blätterteig-Stangen und Tomaten

Für zwei Personen

Für die Miesmuscheln:

1 kg Miesmuscheln	2 Zwiebeln	1 Zehe Knoblauch
1 EL Weißweinessig	500 ml Gemüfefond	1 Zweig Dill
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	3 Lorbeerblätter
3 Nelken	3 Wacholderbeeren	1 EL Rapsöl
Zucker	Salz	weißer Pfeffer

Für die Mayonnaise:

4 Eier	3 Limetten	1 TL Dijonsenf
300 ml Rapsöl	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	1 Prise Salz

Für den Cocktaildip:

1 Portion Mayonnaise	2 TL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ TL Apfel-Essig
1 Prise Zucker		

Für den Currydip:

1 Portion Mayonnaise	$\frac{1}{2}$ Mango	1 EL Crème-fraîche
1 TL Currypulver	1 Prise Zucker	

Für den Knoblauchdip:

1 Portion Mayonnaise	1 Zehe Knoblauch	1 EL Crème-fraîche
Olivenöl	1 Prise Salz	

Für die Blätterteigstangen:

2 Blätterteigplatten	1 Ei	40 g Sesamkörner
1 Prise Salz		

Für die Tomaten:

10 Cocktailtomaten	1 Zehe Knoblauch	1 Zweig Thymian
1 EL Rapsöl	Salz	

Für die Miesmuscheln:

Die Zwiebeln abziehen und vierteln. Knoblauch abziehen und mit dem Messerrücken platt drücken. Öl in der Wokpfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Lorbeer, Nelken und Wacholderbeeren anrösten. Mit Weißweinessig und Fond ablöschen. Dill, Thymian und Rosmarin waschen, trockenwedeln, kleinhacken und dazugeben. Mit Zucker, Pfeffer und Salz würzen. Den Sud kochen lassen. Miesmuscheln putzen und im kräftig kochenden Sud 10 Minuten kochen. Die Miesmuscheln sind gar, wenn sie sich öffnen.

Für die Mayonnaise:

Die Eier aufschlagen und Eigelb vom Eiweiß trennen. Eigelb mit Senf in einem hohen Gefäß schaumig pürieren. Tröpfchenweise das Öl hinzugeben und weiterhin pürieren. Dies solange wiederholen, bis die Masse eine feste Konsistenz annimmt. Limetten halbieren und auspressen. Limettensaft, Zucker und Salz zur Mayonnaise dazugeben und abschmecken. Entstandene Mayonnaise in drei Portionen aufteilen.

Für den Cocktaildip:

Eine Portion Mayonnaise mit Tomatenmark vermengen. Dip mit Apfelessig und Zucker abschmecken.

Für den Currydip:

Die Mango schälen, vom Kern befreien und Fruchtfleisch kleinwürfeln. Eine Portion Mayonnaise mit Crème fraîche und Currypulver mischen. Mangowürfel hinzugeben und in einer Moulinette cremig rühren pürieren. Mit Zucker abschmecken.

Für den Knoblauchdip:

Den Knoblauch abziehen, kleinschneiden und mit Salz und Öl zerdrücken. Eine Portion Mayonnaise mit Crème fraîche vermengen und nach und nach Knoblauch hinzugeben.

Für die Blätterteigstangen:

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Ei aufschlagen und Eigelb vom Eiweiß trennen. Eine Blätterteigplatte mit Eigelb einstreichen, mit Sesamkörner bestreuen und mit einer Prise Salz bestreuen. Die zweite Blätterteigplatte darauf legen und 1 cm große Streifen schneiden. Diese einmal in sich drehen und auf ein Backblech mit Backpapier legen. Die Stangen mit Eigelb bestreichen und mit Sesamkörner bestreuen. Für 17 Minuten im Backofen knusprig backen.

Für die geschmolzenen Tomaten:

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Wasser in einem Topf erhitzen. Cocktailtomaten anritzen und in das kochende Wasser geben. Wenn sich die Haut löst, aus dem Wasser schöpfen und in kaltes Wasser geben, um die Haut ablösen zu können. Knoblauch abziehen und kleinhacken, mit Salz bestreuen und Öl beträufeln, und mit dem Messer zerdrücken. Thymian abrausen und trockenwedeln. Tomaten in Knoblauch, Thymian und Öl marinieren, in eine Auflaufform geben und für 12 Minuten im vorgeheizten Ofen garen.

Miesmuscheln mit Curry-, Knoblauch- und Cocktail-Dip, Blätterteigstangen und geschmolzene Tomaten auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Bahnsen am 04. Mai 2017

Miesmuscheln mit Sellerie-Butter und Schwarzbrot

Für zwei Personen

Für die Muscheln:

1 kg Miesmuscheln	2 Möhren	$\frac{1}{2}$ Stange Sellerie
2 Stangen Porree	2 Gemüsezwiebeln	5 Zwiebeln
2 TL Butter	1 TL scharfe Chilisauce	250 ml Gemüsefond
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 frischer Lorbeerzweig	1 getrocknetes Lorbeerblatt
1 TL weißer Pfeffer		

Für die Butter:

250 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
10 g gemahlene Selleriesamen	Salz

Für die Garnitur:

2 Scheiben Schwarzbrot

Für die Muscheln:

Die Muscheln mit Wasser gründlich säubern. Jede Muschel einzeln kontrollieren und offene oder defekte Muscheln aussortieren. Muschelbärte und Seepocken entfernen und nochmals wässern. Gemüsezwiebeln und normalen Zwiebeln abziehen und in 4 mm dicke Ringe schneiden. Möhren waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Sellerie ebenfalls waschen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Porreestangen säubern in schräge 2 cm starke Scheiben schneiden. Ringe auseinander drücken. In einen großen Topf so viel Wasser geben, dass der Boden ca. 2 cm damit bedeckt ist. Gemüsefond dazugeben und alles erhitzen. Butter, Lorbeerblatt und Chilisauce dazugeben. Einen Teil des Gemüses in den Topf füllen. Eine Schicht Muscheln darüber geben und mit Pfeffer würzen. Die Muscheln sollten dabei nicht übereinanderliegen. Darauf wieder eine Schicht Gemüse und eine Schicht Muscheln geben, bis der Topf voll ist. Muscheln und Gemüse beim Aufkochen immer wieder mit dem entstehenden Sud bedecken und fertig garen.

Muscheln und Gemüse in einen tiefen Teller geben. Petersilie abbrausen, trocken wedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Das Muschelgemüse mit Petersilie bestreuen und dem Lorbeerzweig garnieren.

Für die Butter:

Die kalte Sahne solange schlagen, bis sich Butterflocken bilden. Butterflocken durch ein Passiertuch von der Buttermilch trennen. Butter nun „Auspressen“ und in eine kleine Schüssel geben. Petersilie fein hacken und zusammen mit dem Selleriesamen und etwas Salz unter die Butter mischen.

Für die Garnitur:

Schwarzbrot mit der Butter bestreichen, andere Scheibe darauf geben und das Butterbrot halbieren.

Gebuttertes Schwarzbrot auf einem kleinen Teller zu den Muscheln servieren.

Jupp Beudels am 02. Januar 2017

Mini-Oktopusse in Calvados-Sahne-Soße mit Gemüse

Für 2 Personen

Für die Mini-Oktopusse:

500 g kleine Oktopusse	2 Zwiebeln	2 Zehen Knoblauch
1 Prise weißer Pfeffer	1 Prise Cayennepfeffer	Mehl
Olivenöl	Salz	

Für die Calvados-Sahne-Sauce:

1 TL Sardellen (in Öl)	1 TL Kapern	1 Zitrone (Abrieb und Saft)
20 ml Calvados	100 ml Schlagsahne	100 ml trockener Weißwein
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse:

1 Zucchini	3 festk. Kartoffeln	2 Strauchtomaten
50 g Hartkäse	1 TL Kräuter der Provence	Salz
Cayenne Pfeffer		

Gesalzenes Wasser in einem Topf erhitzen.

Für das Zucchini-Kartoffel-Tomaten-Gemüse Kartoffeln waschen, schälen, vierteln und in Salzwasser garen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln abziehen und fein hacken. Zucchini und Tomate waschen, klein schneiden und in der Pfanne anbraten. Zwiebeln und gegarte Kartoffeln hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken. Den Käse darüber reiben und untermengen.

Für die Mini-Oktopusse Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Oktopusse waschen, trocken tupfen und mehlieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und Oktopusse scharf anbraten. Zwiebeln und Knoblauch hinzugeben.

Für die Calvados-Sahne-Sauce Oktopusse mit Weißwein und Calvados ablöschen. Sardellen klein hacken und mit den Kapern zu den Oktopussen geben. Sahne hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und weiter köcheln lassen.

Mini-Oktopusse in Calvados-Sahne-Sauce mit Zucchini-Kartoffel-Tomaten-Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Hans Oechslein am 03. März 2016

Mofongo mit Garnelen im Safran-Sud

Für 2 Personen

Für den Mofongo:

10 g Bacon	1 grüne Kochbanane	1 Knoblauchzehe
1 Limette	1/2 EL Olivenöl	Frittierfett
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Garnelle:

4 Riesengarnelen	Pflanzenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für den Safransud:

30 g grüne Erbsen	1 Knoblauchzehe	50 g Butter
100 ml Hühnerfond	1 Prise Safran	Salz
schwarzer Pfeffer		

Das Frittierfett für den Mofongo in einem Topf erhitzen.

Für den Safransud den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Die Hälfte der Butter in einem Topf erhitzen und darin den Knoblauch anbraten und mit dem Hühnerfond ablöschen.

Anschließend kurz aufkochen lassen, noch etwas Butter hinzugeben, und mit dem Safran und Salz abschmecken. Abschließend die Erbsen hinzufügen und einige Minuten köcheln lassen.

Die Kochbanane schälen, an beiden Enden ein Stück abschneiden, in dünne Scheiben schneiden, im heißen Öl für ca. sechs Minuten frittieren und anschließend auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Für den Mofongo das Olivenöl in einen großen Mörser geben, den Knoblauch abziehen, mit etwas Salz zum Olivenöl geben und das Ganze zu einer Masse verarbeiten. Danach die Hälfte der frittierten Kochbananenscheiben hinzugegeben und ebenfalls zerstoßen. Nun die Baconscheiben in der Pfanne ohne Öl kross anbraten und mit etwas von dem Safransud und den restlichen Kochbananenscheiben in den Mörser geben und zerstoßen.

Mit einem Löffel die Masse in einen Servierring geben und auf einem Teller anrichten.

Die Riesengarnelen am Rücken längs aufschneiden, entdarmen, waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit Pflanzenöl kurz knusprig braten.

Die Limette in Scheiben schneiden.

Den Mofongo mit der Riesengarnelle ebenfalls auf dem Teller anrichten und mit den Limettenscheiben und dem Safransud garniert servieren.

NN am 27. April 2015

Muschel-Risotto mit Garnele und Basilikum-Pesto

Für zwei Personen

Für das Muschel-Risotto:

150 g Risottoreis	8 Jacobsmuscheln	2 Riesengarnelen
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	5 Cocktailtomaten
1 Zitrone	1 L Krustentierfond	1 L Geflügelfond
200 g Parmesan	100 g Pinienkerne	200 ml Weißwein
1 Bund Thymian	1 Vanilleschote	200 g Butter
Olivenöl	Chili	Salz, Pfeffer

Für das Basilikum-Pesto:

1 Bund Basilikum	½ Zehe Knoblauch	50 g Pinienkerne
100 g Parmesan	200 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Parmesanchip:

200 g geriebener Parmesan

Für das Muschel-Risotto:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, in kleine Würfel schneiden und mit dem Risottoreis in einem Topf mit Olivenöl andünsten. Mit Weißwein ablöschen und abwechselnd mit Krustentierfond und Geflügelfond unter Rühren aufgießen bis das Risotto gar ist, aber noch etwas Biss hat.

Jacobsmuscheln und Tomaten klein würfeln und Schale der Zitrone abreiben. Pinienkerne in einer Pfanne rösten und kleinhacken. Kurz bevor das Risotto fertig ist 4 Jacobsmuscheln, den Zitronenabrieb, den Parmesan, die Pinienkerne, Chili und die gewürfelten Tomaten unterrühren. Zuletzt kann je nach Belieben noch ein Stück Butter untergerührt und mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt werden.

Garnelen und die restlichen Jacobsmuscheln in Olivenöl in einer Pfanne goldbraun braten (sie sollten innen noch glasig sein). Die Vanilleschote, den Thymian und die Zitronenschale mit der Butter aufschäumen und die Garnelen und Muscheln darin schwenken.

Für das Basilikum-Pesto:

Basilikum abzupfen, abrausen und trocken wedeln. In ein hohes Gefäß geben. Den Knoblauch abziehen, kleinhacken und zusammen mit Pinienkernen, Parmesan, Salz und Pfeffer hinzugeben und solange mit Olivenöl aufgießen bis er greift und eine schöne nicht zu feste Konsistenz entsteht.

Für den Parmesanchip:

Parmesan in der gewünschten Form auf Backpapier geben und bei 180 Grad Umluft im Ofen solange backen bis der Parmesan knusprig ist.

Das Risotto in einem Servierring anrichten, eine Jacobsmuschel oben drauf legen und die Garnele daran anlehnen. Um das Risotto noch das Pesto träufeln und Pinienkerne platzieren.

Celia Caspary am 07. Februar 2017

Muscheln, Schnecken, Riesen-Garnelen, Safran-Paprika-Sud

Für zwei Personen

Für die Meeresfrüchte:

150 g Miesmuscheln	150 g Scheidenmuscheln	300 g Herzmuscheln
4 Jakobsmuscheln	4 Riesengarnelen	150 g Wellhornschnecken
1 Zehe Knoblauch	1 Zweig Rosmarin	Butter, Salz

Für den Safran-Paprika-Sud:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	2 rote Paprika
1 Zitrone	200 ml Fischfond	100 ml trockener Weißwein
50 ml Olivenöl	0,2 g Safranfäden	Olivenöl, Kalahari-Salz

Für den Spargel:

200 g Thaispargel	100 g grüner Spargel	100 g weißer Spargel
Salz		

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für die Meeresfrüchte Riesengarnelen und Jakobsmuscheln waschen und trocken tupfen. Restliche Muscheln und Schnecken waschen.

Für den Safran-Paprika-Sud Paprikaschote waschen, halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit Fischfond pürieren. Saft durch ein feines Tuch pressen. Schalotte und eine Knoblauchzehe abziehen, fein würfeln. In einem Topf Olivenöl erhitzen, Schalotte und Knoblauch anschwitzen. Riesengarnelen, Schnecken, Herzmuscheln, Scheidenmuscheln und Miesmuscheln zugeben und kurz mit dünsten. Mit Weißwein ablöschen, pürierte Paprika- Fischfond-Mischung zugießen und 6 Minuten garen. Anschließend durch ein Sieb geben und Flüssigkeit auffangen. Muscheln, Schnecken und Riesengarnelen beiseite stellen. Sud noch einmal aufkochen, Safranfäden dazugeben, dann um die Hälfte reduzieren lassen.

Muschelfleisch aus den Schalen lösen. Köpfe und Schwänze der Riesengarnelen entfernen. Olivenöl tröpfchenweise unter Paprika-Safran-Sud rühren, Muscheln, Schnecken und Riesengarnelen wieder untermischen. Zitrone waschen, Schale abreiben. Zitrone halbieren und auspressen. Sud mit Kalahari Salz, Zitronenschale und Zitronensaft abschmecken, warm halten. Für die Jakobsmuscheln Knoblauchzehe abziehen und andrücken, Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Butter in einer Pfanne schmelzen. Knoblauch und Rosmarin zufügen.

Jakobsmuscheln in die Pfanne geben und zwei Minuten von jeder Seite anbraten. Knoblauch und Rosmarin vor dem Servieren entfernen. Mit Salz würzen.

Für den Spargel weiße Spargelstangen schälen, grünen und Thaispargel waschen. Holzige Enden aller Spargelstangen abschneiden und Spargel in kochendem Salzwasser garen. Abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Einen Teil des Safran-Paprika-Suds aufschäumen, damit die Jakobsmuscheln beträufeln. Muscheln, Schnecken und Riesengarnelen im Safran-Paprika-Sud, Jakobsmuscheln und Spargel anrichten und servieren.

Manfred Königs am 12. April 2016

New Orleans BBQ-Shrimps mit Buttermilch-Gebäck

Für zwei Personen

10 Riesen-Garnelen	500 g Mehl	1 unbehandelte Limette
$\frac{1}{2}$ Bund Oregano	50 g Parmesan	1 EL Backpulver
Natron, für den Teig	130 g kalte Butter	2 EL Pflanzenfett
30 ml Zitronen-Olivenöl	250 ml Buttermilch	1 TL Cayennepfeffer
2 TL Paprikapulver	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen. Den Parmesan reiben. Das Mehl, einen halben Teelöffel Natron, das Backpulver und einen Teelöffel Salz in einer Schüssel vermengen. 100 Gramm Butter in Stücke schneiden und zusammen mit dem Pflanzenfett unter das Mehl mischen. Anschließend die Buttermilch dazugeben und zu einem Teig kneten. Danach den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ausrollen und circa fünf Mal zusammenklappen. Nun aus dem Teig mit einer runden Ausstechform kleines Gebäck ausstechen. Anschließend in Parmesan wälzen und im Ofen circa zehn bis zwölf Minuten backen. Die Riesen-Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien. Anschließend waschen und trocken tupfen. Den Oregano abzupfen und klein hacken. Einen Topf mit der restlichen Butter erhitzen. Bei mittlerer Hitze vier Esslöffel Oregano, das Zitronen-Olivenöl, den Cayennepfeffer und das Paprikapulver mit in den Topf geben und verrühren. Nach etwa zehn Minuten die Riesen-Garnelen in die Sauce geben. Anschließend die Hitze reduzieren und bei niedriger Temperatur langsam kochen lassen. Dabei immer wieder umrühren, bis die Garnelen gar sind. Die Limette in Scheiben schneiden. Die New Orleans BBQ-Shrimps mit den Buttermilch-Gebäck auf Tellern anrichten, mit den Limettenscheiben garnieren und servieren.

Liz Howard am 27. Januar 2014

Paella

Für zwei Personen

Für die Paella:

150 g Hähnchenbrust	1 Rotbarbenfilet á 150 g	3 küchenfertige Sepiatuben
150 g Miesmuscheln (Schale)	10 küchenfertige Garnelen	5 Kaisergranat (Schale, Kopf)
2 große Chorizo-Würste	150 g Risotto Reis	1 gelbe Paprika
1 rote Paprika	60 g tiefgekühlte Erbsen	3 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	2 Zitronen	50 g Butter
750 ml Gemüsefond	250 ml trockener Weißwein	1 Bund Petersilie
1 Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ TL Safranpulver	100 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Paella Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Hähnchenbrust waschen und in Stücke schneiden. Die Paprika halbieren, vom Kern befreien und würfeln. Knoblauch und Schalotten abziehen und in kleine Stücke schneiden. Nun das Fleisch anbraten, danach Zwiebeln, Knoblauch und Paprika dazugeben und solange dünsten, bis die Zwiebeln glasig werden. Danach den Reis in die Pfanne geben, kurz mit anbraten und anschließend mit etwas Weißwein ablöschen. Den Fond darüber gießen und Safranpulver hinzugeben.

Paella etwa 17 min köcheln lassen, währenddessen die Muscheln in einem Topf in etwas Wein köcheln lassen, bis sie sich öffnen. Garnelen abspülen und trocken tupfen. Rotbarbenfilet abspülen und in mundgerechte Stücke schneiden. Sepiatuben abspülen und in Ringe schneiden. Anschließend zusammen mit den Garnelen in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Anschließend zum Reis in die Paella-Pfanne geben.

Nach etwa 20 Minuten die Erbsen in die Paella unterheben.

Nun die Chorizo häuten, kleinschneiden und gemeinsam mit dem Kaisergranat im Ganzen in einer separaten Pfanne anbraten. Danach Alufolie darüber breiten und 5 Minuten ziehen lassen. Anschließend Kaisergranat mit Chorizo in die große Paella-Pfanne geben und vermengen. Ebenso die Muscheln hinzugeben. Die Paella mit etwas Butter abschmecken.

Zum Anrichten Petersilie und Kerbel kleinhacken und die Zitrone in Scheiben schneiden. Die Paella auf Tellern anrichten. Einige Zitronenscheiben dazu geben, mit Petersilie und Kerbel garnieren und servieren.

Jakob Wolf am 13. Juli 2016

Paella

Für zwei Personen

4 große Riesen-Garnelen	125 g kleine Garnelen	125 g kleine Krabben
250 g Hähnchenbrustfilet	150 g spanischer Rundkornreis	1 rote Paprikaschote
3 große Rispentomaten	1 Zwiebel	1 Zitrone
1 Knoblauchzehe	1 EL Tomatenmark	50 g Erbsen, (TK)
500 ml Fischfond	1/2 TL Kurkuma	10 Safranfäden
3 EL Olivenöl	1 TL Salz	Pfeffer

Die Garnelen und Krabben waschen, trocken tupfen und beiseite stellen. Das Hähnchenbrustfilet ebenfalls waschen und trocken tupfen und danach in kleine Stücke schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in Streifen schneiden. Die Tomaten klein schneiden. Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Hähnchenfleisch darin anbraten. Das Fleisch anschließend wieder aus der Pfanne nehmen und das Gemüse darin scharf anbraten. Dann den Reis kurz darin anschwitzen, zwei Drittel des Fonds zufügen und den Knoblauch, das Tomatenmark, die Erbsen sowie die Gewürze einrühren. Alles circa 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Die kleinen Garnelen, die kleinen Krabben sowie die Hähnchenbruststücke untermischen. Die großen Garnelen oben drauf setzen und weitere fünf Minuten leicht köcheln lassen. Die Paella mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitrone in Scheiben schneiden. Die Paella auf einem Teller anrichten und mit den Zitronenscheiben garnieren.

Stefan Nicodemus am 22. Oktober 2014

Pasta, Riesengarnelen, Rucola, Kirschtomaten, Parmesan

Für zwei Personen

Für die Pasta:

200 g Vollkornmehl 200 g Mehl, Type 402 4 Eier
2 EL Olivenöl

Für die Riesengarnelen:

8 Riesengarnelen, mit Schale 200 g Kirschtomaten 1 Bund Rucola
50 g Pinienkerne 100 ml Weißwein 1 Schote Chili, rot
2 Knoblauchzehen Olivenöl Salz
schwarzer Pfeffer

Für die Garnitur:

20 g Parmesan 2 EL süßer Balsamico

Das Mehl in einer Schüssel mit den Eiern, dem Olivenöl und drei Esslöffeln lauwarmen Wasser zu einem Teig verkneten. Anschließend mit der Nudelmaschine zu einem dünnen Teig ausrollen und in Streifen schneiden. In einem Topf Wasser zum Kochen bringen, salzen und die Nudeln darin kochen bis diese al dente sind.

Die Riesengarnelen der Länge nach am Rücken aufschneiden, trockentupfen und vom Darm und der Schale befreien. Die Schalen in einer Pfanne mit dem Olivenöl leicht anrösten, damit die Pfanne den Geschmack der Garnelen erhält. Die Schalen danach aus der Pfanne nehmen. Den Knoblauch abziehen, die Chilischote längs aufschneiden, von Scheidewänden sowie den Kernen befreien und beides klein schneiden. Anschließend in der Pfanne kurz anbraten und die Garnelen hinzugeben. Abschließend mit Weißwein ablöschen sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Parmesan reiben und die Pinienkerne kurz ohne Fettzugabe in einer Pfanne anrösten. Die Kirschtomaten vierteln und den Rucola waschen sowie trocken schleudern.

Die fertigen Nudeln in der Garnelenpfanne zusammen mit den Kirschtomaten, dem Rucola und den Pinienkernen schwenken.

Die Pasta mit der mit Riesengarnelen, dem Rucola und den Kirschtomaten auf Tellern anrichten, mit Parmesan, dem süßen Balsamico und Pinienkernen garnieren und servieren.

Julia Fassbender am 10. Juni 2015

Pfifferling-Risotto mit Jakobsmuscheln, Parmesan-Schaum

Für zwei Personen

Für das Pfifferling-Risotto:

250 g frische Pfifferlinge	150 g Risotto-Reis	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	150 ml Weißwein	600 ml Gemüsefond
½ Bund Frische Petersilie	80 g Parmesan	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Jakobsmuscheln:

6 ausgelöste Jakobsmuscheln	2 Rosmarinzweige	2 Thymianzweige
2 Knoblauchzehen	2 EL Butter	Schnittlauchblüten
Blutampfer		

Für den Parmesan-Schaum:

80 g Parmesan	200 ml Geflügelfond	100 ml Sahne
80 ml Weißwein	1 Schalotte	3 EL Butter
½ Zitrone	3 g Sojalecithin	Salz, Pfeffer

Für das Pfifferling-Risotto:

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Knoblauchzehe abziehen, fein hacken. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Risotto-Reis dazugeben und 1 Min. mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und bei mittlerer Hitze vollständig einkochen lassen.

Risotto weitere 20 Minuten unter Rühren garen, dabei nach und nach Gemüsefond zum Reis geben.

Währenddessen Pfifferlinge putzen. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pfifferlinge dazugeben, 2-3 Minuten mitbraten, salzen und pfeffern. Parmesan reiben und Petersilie hacken. 2 Min vor Ende die Pilze mit Parmesan und Petersilie unter das Risotto mischen.

Für die Jakobsmuscheln:

Etwa 3 Minuten vor Ablauf der 35 Minuten 2 EL Butter in einer heißen Pfanne schmelzen und die Jakobsmuscheln von jeder Seite 1 Minute anbraten. Rosmarin, Thymian abzupfen und Knoblauch ausdrücken, anschließend mit in die Pfanne geben. Jakobsmuscheln mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Parmesan-Schaum:

Für den Schaum Schalotte abziehen und klein hacken, anschließend in einem Topf mit 1 EL Butter farblos anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und diesen nahezu einkochen. Danach den Geflügelfond angießen und diesen um die Hälfte einkochen lassen. 100 ml Sahne mit in den Topf geben und mit einem Stabmixer 2 EL Butter unterarbeiten. Die Sauce abschmecken. Den Parmesan fein reiben und ebenfalls mit dem Stabmixer unterarbeiten. Eine halbe Zitrone auspressen. Mit etwas Zitronensaft die Sauce abschmecken. Kurz vor Schluss mit Sojalecithin zu einem Schaum mixen.

Pfifferling-Risotto mit Jakobsmuscheln und Parmesan-Schaum auf Tellern anrichten, mit Schnittlauchblüten und Blutampfer garnieren, anschließend servieren.

Moritz Laux am 28. August 2017

Poké-Bowl, Garnelen, Lachs-Sashimi, Granatapfel, Salat

Für zwei Personen

Für die Bowl:

10 Riesengarnelen	1 Lachsfilet à 120 g	2 Frühlingszwiebeln
$\frac{1}{2}$ Avocado	$\frac{1}{2}$ Kopfsalat	20 g eingel. Ingwer
1 Mango	$\frac{1}{2}$ Granatapfel	4 Limetten
150 g Cashewkerne	100 g Sesamsaat	240 ml Reisessig
6 EL Sojasauce	4 EL Tahini	3 TL flüssiger Honig
1 Zweig Koriander	4 EL Olivenöl	

Für den Algensalat:

30 g Wakame-Algen	1 Knolle Ingwer à 1 cm	1 Knoblauchzehe
1 Limette, Saft	$\frac{1}{2}$ EL Sesamsaat	1 $\frac{1}{2}$ EL Reisessig
1 $\frac{1}{2}$ EL Sesamöl	$\frac{1}{2}$ EL Zucker	4 Zweige Koriander
$\frac{1}{4}$ EL Cayennepfeffer		

Für die Bowl:

Die Garnelen und den Lachs waschen und trockentupfen. Salat waschen, trockenschleudern und in kleinere Stücke reißen.

Limettenschale abreiben. Limetten halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Den Koriander abrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen.

Reisessig, Sojasauce, Tahini, Limettenschale, Limettensaft und 2 TL Honig in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Mit einem Schneebesen kräftig verrühren, sodass eine cremige Emulsion entsteht. Die Sauce kalt stellen.

Mango schälen, vom Kern schneiden und das Fruchtfleisch herauslösen. Frühlingszwiebeln putzen, von der äußeren Schale befreien und in feine Ringe schneiden. Avocado halbieren, den Kern herauslösen und das Fruchtfleisch würfeln.

Die Garnelen in einer Pfanne mit heißem Öl ca. 1 Minute von jeder Seite anbraten und in die abgekühlte Sauce legen. Sesam in einer Pfanne ohne Öl anrösten.

Granatapfelkerne mit der Messerklinge herausklopfen und die Kerne zusammen mit den Cashewkernen, Olivenöl und 1 TL Honig in einer Pfanne leicht karamellisieren lassen und beiseitestellen.

Den Lachs in dünne Tranchen schneiden.

Für den Algensalat:

Die Wakame-Algen in einer Schüssel mit heißem Wasser etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Den Ingwer schälen und fein reiben. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Limette halbieren und auspressen.

Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Knoblauch, Ingwer, Limettensaft, Koriander, Reisessig, Sesamöl, Zucker und Cayennepfeffer zu einer glatten Marinade verrühren.

Die Sesamsaat in einer Pfanne ohne Öl etwa 2 Minuten hellbraun anrösten.

Den Seetang abgießen und abtropfen lassen. Die Algen mit dem Dressing marinieren, die Sesamsaat unterheben und etwa 10 Minuten ziehen lassen.

In Schüsseln den Salat anrichten. Darauf Mango, Avocado, Wakame, Garnelen und Lachs geben. Mit der Sauce beträufeln und mit Frühlingszwiebeln, etwas eingelegtem Ingwer, geröstetem Sesam, Korianderblättern, den karamellisierten Cashewnüssen und Granatapfelkernen garnieren und servieren.

Phylicia Whitney am 08. Juni 2017

Raviolo mit Kärntner Kartoffel-Krapfen-Füllung, Butter

Für zwei Personen

Für die Kartoffelkrapfen:

5 große mehligk. Kartoffeln	150 g Nudelmehl	150 g Polenta
1 TL Kartoffelstärke	5 große Freilandeier	5 EL Ricotta
2 Zehen Knoblauch	$\frac{1}{2}$ Stange Porree	2 Frühlingszwiebeln
3 Zweige Thymian	$\frac{1}{2}$ TL getrocknete braune Minze	3 EL Lachskaviar
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für die Thymian-Butter:

1 Zitrone	200 g Butter	3 Zweige Thymian
-----------	--------------	------------------

Gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.

Für die Kartoffelkrapfen das Nudelmehl mit einem Ei und Salz vermengen und verkneten. In Frischhaltefolie einwickeln und 10 bis 15 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser gar kochen. Knoblauch schälen und fein hacken. Thymianblätter von den Stängeln zupfen. Porree waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Frühlingszwiebeln ebenfalls in feine Ringe schneiden. Knoblauch, Thymian, Porree und Frühlingszwiebeln mit etwas Butter anschwitzen und beiseite stellen. Kartoffeln abgießen und durch die Kartoffelpresse drücken. Kurz durchrühren, damit die Masse leicht abkühlt. Ricotta und Lauch-Frühlingszwiebel-Gemüse unterheben. Getrocknete Minze grob zerbröseln und unter die Masse heben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss und Zitronenabrieb würzen. Bei Bedarf Kartoffelstärke verwenden, um die Masse fester zu machen.

Den Nudelteig in passende Stücke schneiden und mit der Nudelmaschine zwei lange dünne Platten herstellen. Die Platten zu vier Quadraten à 10 Mal 10 Zentimeter schneiden, sodass zwei große Raviolo hergestellt werden können. Polenta auf der Arbeitsfläche ausstreuen und die vier Platten darauf legen.

Kartoffelmasse in den Spritzbeutel füllen. Füllung kreisrund auf zwei der Quadrate auftragen, so dass ein Kranz mit einer Aussparung in der Mitte entsteht. Zwei Eier trennen. Die Eigelbe behutsam in die Aussparungen setzen. Ein weiteres Ei verquirlen und die Ränder der Platten damit dünn bestreichen. Die zwei leeren Quadrate auf die Nudelplatten mit der Kartoffelmasse und den Eigelben legen. Dabei unbedingt darauf achten, dass die Luft im Innenraum der Ravioli vorsichtig ausgestrichen wird. Ravioli ausstechen und die Ränder noch einmal gut zusammendrücken.

Butter in einer Pfanne schmelzen und zwei Thymianzweige zugeben. Leicht salzen. Thymianblätter abzupfen und in die Pfanne geben. Zitronenabrieb einer halben Zitrone dazu geben, unterrühren und etwas schmoren lassen. Die Thymianzweige wieder heraus nehmen.

Ravioli behutsam ins kochende Salzwasser gleiten lassen und zwei bis drei Minuten bei geringer Hitze garen. Mit der Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.

Je ein Raviolo auf Tellern anrichten, mit Zitronen-Thymian-Butter beträufeln und Lachskaviar auf den Ravioli drapieren.

Dagmar Salecic-Reichhold am 03. Februar 2016

Riesen-Garnelen in Honig-Senf-Marinade, Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für die Riesengarnelen:

6 Riesengarnelen mit Schale	1 Chilischote	1 Zehe Knoblauch
1 Zitrone	1 Bund Petersilie	1 Zweig Thymian
125 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Honig-Senf-Marinade:

2 TL mittelscharfer Senf	2 TL grober Senf	2 TL Honig
2 EL Olivenöl		

Für das Kartoffel-Wasabi-Püree:

200 g mehlig. Kartoffeln	1 Stange Lauch	50 ml Milch
25 g Butter	1 TL Wasabipaste	1 Muskatnuss
Salz		

Für die Cocktailtomaten:

5 große Cocktailtomaten	15 g Pinienkerne	75 g Mozzarella
30 g Ricotta	2 EL weißer Balsamico	½ Bund Basilikum
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Marinade scharfen Senf, groben Senf, Öl und Honig vermengen und mit einem Stabmixer pürieren.

Für die Riesengarnelen diese vom Panzer befreien und entdarmen. Das Fleisch in der Marinade einlegen und ziehen lassen.

Für die Kartoffel-Wasabi-Püree Kartoffeln schälen, kleinschneiden und im Salzwasser garen. Anschließend abgießen und noch heiß durch die Presse drücken. In einem Topf Milch aufkochen und über die Kartoffelmasse gießen. Lauch putzen, waschen, trockentupfen und kleinschneiden. In kochendem Salzwasser garen. Danach kalt abschrecken. Porree ausdrücken. Butter in einem Topf erhitzen und Lauch darin pürieren. Wasabipaste und Lauch unter die Kartoffelmilch rühren und mit Salz und Pfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken.

Für die gefüllten Cocktailtomaten eine Pfanne erhitzen und Pinienkerne darin rösten. Kirschtomaten waschen, trockentupfen und aushöhlen. Mozzarella in kleine Würfel schneiden. Basilikum abrausen, trockenwedeln und die Blätter vom Stiel abzupfen. Anschließend Mozzarellawürfel mit Olivenöl, Balsamico-Essig, Salz, Pfeffer, Ricotta und Pinienkerne vermengen. Die ausgehöhlten Tomaten mit der Masse befüllen. Im Ofen für etwa sieben Minuten lang backen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Chilischote halbieren und kleinschneiden. Thymian abrausen und trockenwedeln. Garnelen mit Knoblauch und etwas Chili in die Pfanne geben. Thymian gut durch die Pfanne schwenken. Etwa sieben Minuten bei mittlerer Hitze garen lassen. Die Pfanne dabei immer wieder schwenken. Zitrone halbieren und auspressen. Petersilie abrausen und kleinhacken. Garnelenpfanne mit gehackter Petersilie bestreuen und mit einem Esslöffel Zitronensaft beträufeln.

Die Riesengarnelen in Honig-Senf-Marinade mit Kartoffel-Wasabi-Püree und gefüllten Cocktailtomaten auf Tellern anrichten und servieren.

Mesut Velioglu am 22. August 2016

Riesen-Garnelen in Kokos-Limetten-Soße mit Bandnudeln

Für zwei Personen

Für die Riesengarnelen:

600 g Riesengarnelen, ganz	1 EL Fischsauce	1 Limette
6 kl. Kaffir-Limettenblätter	2 St Zitronengras	200 g Mini-Spargel, grün
2 Knoblauchzehen	250 ml Kokosmilch	1 TL Kurkuma
$\frac{1}{2}$ TL Salz	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	Olivenöl

Für die Bandnudeln:

100 g Mehl	1 Ei	1 Zw Koriander
$\frac{1}{2}$ TL Olivenöl	Salz	

Für die Riesengarnelen: Die Garnelen am Rücken leicht einschneiden und den Darmfaden entfernen. Garnelen kalt abspülen, trockentupfen, mit der Fischsauce vermengen und beiseite stellen. Die Limette heiß abbrausen und trocken tupfen. Die Schale mit einem Zestenreißer abziehen und 2-3 EL Saft auspressen. Die Limettenblätter abbrausen, die Mittelrippen entfernen, Blätter aufrollen und in haarfeine Streifen schneiden. Das Zitronengras von äußeren Blättern befreien, das untere Drittel hacken. Den Knoblauch abziehen und kleinhacken. Beides mit Kurkuma, Salz und Zucker im Mörser zu einer feinen Paste zerstoßen. Mini Spargel in kleine Stücke schneiden und mit etwas Öl in der Pfanne kurz anbraten. In einer hochwandigen Pfanne 4 EL Kokosmilch aufkochen lassen. Die Würzpaste einrühren und bei mittlerer Hitze 2 Minuten anbraten. Garnelen und Spargel hinzufügen und 1 Minute unter Rühren darin anbraten. Übrige Kokosmilch, Limettenblätter und Zesten hinzufügen. 3 Minuten einkochen lassen. Mit dem Limettensaft abschmecken.

Für die Bandnudeln: Das Mehl mit einer Prise Salz auf eine Arbeitsfläche geben und in der Mitte eine Mulde formen. Das Ei und das Olivenöl in die Mulde geben und mithilfe einer Gabel von innen nach außen mit dem Mehl nach und nach vermengen. Dann den Teig mit den Handballen auf einer bemehlten Tischplatte weiter kneten, bis der Teig elastisch ist und glänzt. Den Teig zu einer Kugel formen und in Klarsichtfolie wickeln. Bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Anschließend mit einer Nudelmaschine den Nudelteig verarbeiten und in Bandnudeln schneiden. Die Nudeln in einem Topf mit kochendem Wasser 2 bis 3 Minuten kochen, aus dem Topf heraus nehmen und mit der Sauce vermengen.

Mit einer Gabel die Nudeln aufdrehen und auf die Teller setzen. Die Garnelen anlegen und mit Koriander garnieren. Kokos-Limetten-Sauce vorsichtig darüber verteilen.

Janice Lau am 20. Februar 2017

Riesen-Garnelen mit Beluga-Linsen und gebratenen Tomaten

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

6 Riesengarnelen	1 TL Butter	Olivenöl
1 EL brauner Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Belugalinsen:

100 g Belugalinsen	1 Karotte	$\frac{1}{2}$ getrocknete Chili
$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	1 Stange Zimt	1 Lorbeerblatt
1 EL rosa Pfefferbeeren	1 EL Butter	50 g Sahne
30 ml Espresso		

Für die Tomaten:

100 g Cocktailtomaten	25 ml Weißwein	2 EL Olivenöl
1 TL grobes Meersalz	brauner Zucker	

Für die Garnitur:

1 Bund Schnittlauch

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Zimtstange, Lorbeerblatt und Chilischote dazugeben und Belugalinsen darin bissfest garen. Anschließend abgießen und Gewürze entfernen. Karotte schälen und sehr fein würfeln. Lauch putzen und ebenfalls fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und beides zusammen darin anbraten. Mit Espresso und Sahne ablöschen und ein paar Minuten köcheln lassen. Linsen unterrühren und mit Salz und Pfefferbeeren abschmecken. Anschließend im Backofen warmhalten.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Garnelen von Kopf und Schale befreien und entdarmen. Von beiden Seiten zwei bis drei Minuten anbraten, salzen und pfeffern. Zucker und die Butter dazugeben und Garnelen kurz karamellisieren lassen.

In einer weiteren Pfanne Tomaten bei großer Hitze anbraten. Mit grobem Meersalz und braunem Zucker bestreuen und mit Weißwein ablöschen.

Die Riesengarnelen mit Belugalinsen und gebratenen Tomaten auf Tellern anrichten, mit Schnittlauch garnieren und servieren.

Petra Vörtler am 05. November 2015

Riesen-Garnelen mit Spaghettini in Zitronen-Soße

Für zwei Personen

Für die Spaghettini:

500 g Spaghettini Salz Olivenöl

Für die Riesengarnelen:

3 Riesengarnelen Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Zitronensauce:

2 Zitronen 1 Zehe Knoblauch 5 cm Ingwer

1 Zwiebel 1 Bund glatte Petersilie 2 EL Butterschmalz

Salz Pfeffer

Für die Spaghettini einen großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Spaghettini darin bissfest kochen. Abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. In den Topf etwas Olivenöl geben, die abgetropften Spaghetti hinzugeben und umrühren. Spaghettini warm stellen.

Für die Zitronensauce zwei Zitronen auspressen. Die Zwiebel, den Ingwer und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Alles zusammen mit etwas Butterschmalz in einer großen Pfanne anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn genügend Röstaromen entstanden sind, mit Zitronensaft ablöschen und einköcheln. Währenddessen die Petersilie hacken, dazugeben und unterrühren.

Die Riesengarnelen unter kaltem Wasser abspülen, trockentupfen und pfeffern. Olivenöl in einer Pfanne heiß werden lassen und die Garnelen hineingeben. Von beiden Seiten kurz anbraten und salzen. Garnelen aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die Spaghettini in die Zitronensauce geben und unterrühren. Die Spaghettini auf einem warmen Teller anrichten, die Garnelen darauf geben und servieren.

Wolfgang Ruppert am 14. Juli 2016

Riesen-Garnelen, Fregola sarda, Schalentier-Safran-Schaum

Für zwei Personen

Für das Fregola sarda:

150 g Fregola Sarda	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1/3 rote Paprika	1/3 gelbe Paprika	1/3 grüne Paprika
1 Zitrone	1 Orange	1 Zweig Rosmarin
3 EL Olivenöl	250 ml Gemüsefond	Salz, Pfeffer

Für die Riesengarnelen:

4 Riesengarnelen	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Rosmarin
2 EL Olivenöl	1 TL Maldon Salz	Pfeffer

Für den Schaum:

Garnelen-Schalen	1 Knoblauchzehe	1 Schalotte
100 ml Prosecco	150 ml Gemüsefond	0,3 g gemahlener Safran
200 ml Sahne	100 g Creme-Double	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Kästchen Shiso Purple Kresse

Für das Fregola sarda:

Die Fregola sarda in Gemüsefond und etwas Wasser in einer Pfanne al dente kochen. Schalotte abziehen und sehr fein würfeln. Knoblauch abziehen. Rote, gelbe und grüne Paprika abbrausen, trocken tupfen, das Kerngehäuse entfernen und kleinschneiden. Zusammen mit dem Rosmarin und der ganzen Knoblauchzehe in etwas Olivenöl in einer Pfanne ebenfalls bissfest anbraten. Mit Pfeffer, Salz und etwas Zitronen- und Orangenabrieb würzen. Rosmarin und Knoblauch entnehmen. Die fertig gekochte Fregola sarda abgießen zum Gemüse geben und vermengen. Erneut abschmecken und ggf. nachwürzen.

Für die Riesengarnelen:

Die Garnele schälen und entdarmen. Knoblauch abziehen und feinhacken. Mit einem Schmetterlingsschnitt versehen in etwas Olivenöl zusammen mit dem Rosmarin und dem Knoblauch glasig anbraten. Mit Pfeffer und Salzflöcken würzen.

Für den Schaum:

Knoblauch und Schalotte abziehen und grob hacken. Die Schalen der Riesengarnelen zusammen mit der Knoblauchzehe und der Schalotte in einem mittelgroßen Topf in etwas Olivenöl scharf anbraten. Mit dem Prosecco ablöschen und einreduzieren. Mit Gemüsefond aufgießen und bei starker Hitze zu 2/3 reduzieren. Sahne, Creme Double und Safran dazugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Mit einem Feinsieb absieben und den Sud in einer Stielkasserolle auffangen. Mit dem Mixstab aufschäumen.

Für die Garnitur:

Gebratene Riesengarnelen mit buntem Fregola sarda und Schalentier-Safranschaum auf Tellern anrichten, mit Kresse garnieren und servieren.

Thomas Kuhnt am 27. Dezember 2017

Riesen-Garnelen, Radicchio-Safran-Risotto, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für den Risotto:

125 g Risottoreis	½ Kopf Radicchio	2 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	25 ml trockener Weißwein	350 ml Fischfond
350 ml Gemüsefond	25 ml grünes Olivenöl	65 g Parmesan
50 g Butter	1 Prise Safran	Safranfäden
Meersalz, Pfeffer		

Für die Riesen-Garnelen:

4 Riesen-Garnelen	1 Zitrone	Olivenöl
-------------------	-----------	----------

Für den Gurkensalat:

1 Gurke	1 Bund Dill	100 ml heller Essig
Salz, Pfeffer		

Zunächst die Hälfte der Butter in einem Topf zerlassen und das Olivenöl hinzugeben. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Beides im Topf andünsten und anschließend den Reis hinzugeben. Unter ständigem Rühren zwei Minuten ziehen lassen. Mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Mit etwas Fisch- und Gemüsefond aufgießen, bis der Reis bedeckt ist. Sobald die Flüssigkeit verkocht ist, wieder mit dem restlichen Fisch- und Gemüsefond aufgießen. Das Risotto für zwanzig Minuten garen lassen. Ab und zu umrühren. In der Zwischenzeit den Radicchio putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trockentupfen. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Garnelen darin anbraten. Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Den Zitronenabrieb für das Risotto beiseite stellen. Einen Esslöffel Zitronensaft zu den Garnelen geben. Für den Salat die Gurke schälen und in feine Scheiben schneiden. Den Dill fein hacken und mit dem Essig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die restliche Butter zu dem Risotto geben und den Parmesan darüber hobeln. Etwas Meersalz, Pfeffer, den Zitronenabrieb und eine Prise Safran untermengen. Den Radicchio unterheben. Das Risotto mit je zwei Garnelen und dem Salat auf Tellern anrichten. Einige Safranfäden sparsam darauf verteilen, mit einem Spritzer Zitrone beträufeln und servieren.

Lena Oesterreich am 24. November 2014

Riesen-Garnelen, Safran-Risotto, Orangen-Sahne-Soße

Für zwei Personen

Für die Riesen-Garnelen:

6 Garnelen Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Orangensahnesauce:

3 Orangen 250 ml Sahne Salz, Pfeffer

Für das Risotto:

150 g Risottoreis 1 Zwiebel 250 ml gelber Muskateller

30 ml Gemüsefond 1 g Safran 100 g Butter

100 g Parmesan Salz, Pfeffer

Für die Salatgarnitur:

4 Blätter Eichblattsalat 3 EL Kürbiskernöl 3 EL Balsamico

Salz, Pfeffer

Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in Olivenöl anschwitzen, den Risottoreis dazugeben und anschwitzen, bis er glasig ist, mit dem Muskateller ablöschen und unter ständigem Rühren den Gemüsefond aufgießen und einkochen lassen. Den Safran in ein paar Tropfen Wasser lösen und den Risotto damit würzen, den Parmesan reiben und ebenfalls unter rühren. Die Garnelen bis auf das Schwanzende abschälen und entdarmen, in heißem Öl anbraten, salzen und leicht pfeffern. Den Saft aus den Orangen pressen und in einer Pfanne mit der Sahne kurz aufkochen, mit dem Cayennepfeffer würzen und reduzieren lassen. Die Garnelen in der Orangensauce schwenken. Den Salat waschen und trocken tupfen. Das Kürbiskernöl, den Balsamicoessig, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren und die Salatblätter damit marinieren. Auf einem Teller die Garnelen in Orangensahnesauce mit dem Risotto anrichten mit dem Salat garnieren und servieren.

Peter Weiler am 11. August 2014

Riesen-Garnelen-Saganaki mit Zitronen-Senf-Soße

Für zwei Personen

Für die Riesengarnelen:

500 g Riesengarnelen	1 rote Spitzpaprika	2 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	3 EL mittelscharfer Senf	200 g Haloumi
200 ml trockener Weißwein	200 g Sahne	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie
2 EL Butter	1 EL Rigani-Gewürz	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Zucchini-Streifen:

3 Zucchini	100 g grüne Pistazienkerne	200 ml Gemüsefond
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Riesengarnelen-Saganaki die Garnelen in einer Pfanne in Olivenöl kurz anbraten und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Spitzpaprika waschen, entkernen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und ebenfalls kleinschneiden und zusammen mit der Spitzpaprika im restlichen Bratfett mit etwas Zugabe von der Butter anbraten. Mit Weißwein ablöschen. Zitronensaft, etwas Abrieb der Zitrone, Senf und Sahne dazu geben. Das Ganze aufkochen und mit Rigani und Salz und Pfeffer würzen. Garnelen wieder dazu geben.

Petersilie abbrausen, trocken wedeln, kleinhacken und dazugeben. Etwas für die Garnitur übrig lassen.

Alles in eine Auflaufform geben, Haloumi in kleine Würfel schneiden und darüber verteilen. Circa zehn Minuten im Ofen überbacken.

Für die gedünsteten Zucchini-Streifen die Zucchini mit einem Sparschäler in feine Streifen schälen und in Gemüsefond in einem Topf dünsten. Pistazienkerne kleinhacken und in etwas Olivenöl in einer Pfanne anrösten, danach auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zucchini-Streifen aus dem Topf holen. Pistazien und Zucchini nun gemeinsam vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und als Unterlage für die Garnelen auf einem Teller anrichten.

Riesengarnelen-Saganaki aus dem Ofen nehmen, auf die Zucchini geben und mit Sauce umgeben. Mit Petersilie garnieren und servieren.

Michel Reckhard am 27. Dezember 2016

Riesengarnelen mit Riesling-Risotto und Sommer-Salat

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

5 Riesengarnelen	1 Knolle Knoblauch	2 rote Chili
2 Zweige Thymian	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Risotto:

500 g Risottoreis	1 Zwiebel	750 ml Gemüsesfond
250 ml Riesling	300 g Parmesan	250 g Sahne
Olivenöl	Zucker	Salz, Pfeffer

Für den Sommersalat:

300 g bunte Salate	1 rote Paprika	4 Radieschen
1 EL milder Senf	100 ml Weißweinessig	Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Garnelen:

Die Garnelen schälen, Darm entfernen und unter kaltem Wasser abspülen. Knoblauch abziehen und klein schneiden. Chilischoten halbieren, Kerne entfernen und kleinschneiden. Knoblauch, Chili und Tomaten in einer Pfanne mit Öl anbraten. Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und dazugeben. Thymian abbrause, trocken wedeln und später als Garnitur verwenden.

Für das Risotto:

Die Zwiebel abziehen, klein schneiden und in einem Topf mit Olivenöl glasig andünsten. Risottoreis dazu geben und mit Weißwein ablöschen. Nach und nach Fond angießen und unter ständigem Rühren den Reis bissfest kochen. Parmesan reiben. Mit Parmesan, Zucker, Salz, Pfeffer und Sahne abschmecken.

Für den Sommersalat:

Die Salate waschen und trocken schleudern. Paprika und Radieschen abbrausen, trocken tupfen und kleinschneiden. Zum Salat geben. Senf, Weißweinessig, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette vermengen und über den Salat geben.

Die gebratene Riesengarnelen mit Riesling-Risotto und Sommersalat auf tiefen Tellern anrichten und servieren.

Daniel Rose am 24. Juli 2017

Riesengarnelen-Sushi mit philippinischem Glasnudel-Salat

Für zwei Personen

Für den Glasnudelsalat:

100 g Riesengarnelen	200 g Glasnudeln	100 g Bohnen
$\frac{1}{2}$ Brokkoli	2 Karotten	2 unbehandelte Limetten
3 Frühlingszwiebeln	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
100 ml Sojasauce	50 ml Rohrzuckeressig	25 ml Zitronenlimonade
100 ml Hühnerfond	2 EL Sonnenblumenöl	Salz
Pfeffer		

Für das Sushi:

150 g Lachs, Sushi-Qualität	150 g Thunfisch, Sushi-Qualität	5 Riesengarnelen
200 g Sushireis	8 Noriblätter	2 Avocados
$\frac{1}{2}$ Gurke	20 g eingelegter Ingwer	2 EL Frischkäse
50 g Wasabipaste	200 ml Reissessig	2 EL weißer Sesam
2 EL schwarzer Sesam	2 EL Zucker	2 TL Salz

Für das Sushi den Reis in einem Topf mit Wasser fünf Minuten auf voller Hitze zum Kochen bringen. Anschließend 15 Minuten bei niedriger Temperatur ziehen lassen.

Für den Glasnudelsalat die Karotten von den Enden befreien, schälen und in Streifen schneiden. Den Brokkoli putzen, waschen und klein schneiden. Die Bohnen von den Enden befreien. Das Gemüse in heißem Wasser für fünf Minuten garen. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken.

Für den Glasnudelsalat ebenfalls die Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien, waschen und trocken tupfen. Die Garnelen mit etwas Sojasauce, etwas Rohrzuckeressig, der Zitronenlimonade, Pfeffer und Salz marinieren. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Anschließend in dem Sonnenblumenöl scharf anbraten und die marinierten Garnelen dazugeben. Etwas Wasser mit Salz zum Kochen bringen und die Glasnudeln darin bissfest kochen.

Für das Sushi den Sushireis mit dem Zucker, dem Salz, etwas Reissessig und Wasser vermengen und zum Abkühlen auf einen großen Teller geben.

Für das Sushi den Fisch waschen und trocken tupfen. Die Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien, waschen und trocken tupfen. Die Gurke von den Enden befreien und in lange, dünne Streifen schneiden. Die Avocados schälen, vom Kern befreien und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Aus den Noriblättern, dem Reis, dem Fisch, dem Gemüse, etwas Wasabi und dem Frischkäse Maki, Nigiri und Inside-Out-Rollen herstellen. Je nach Rolle und Geschmack in den Sesamkörnern wälzen.

Für den Salat das Gemüse zu den gebratenen Garnelen geben und kurz mit anbraten. Anschließend die gekochten Nudeln mit unterheben. Alles in eine große Schüssel geben und mit dem Hühnerfond übergießen. Die Limetten halbieren und auspressen. Zum Schluss mit der restlichen Sojasauce, dem Rohrzuckeressig, dem Limettensaft, Pfeffer und Salz verfeinern.

Die Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden.

Das Sushi mit dem philippinischen Glasnudelsalat auf Tellern anrichten, das Sushi mit dem eingelegten Ingwer, etwas Sojasauce, dem Wasabi und den Essstäbchen garnieren, den Salat mit den Frühlingszwiebeln garnieren und servieren.

Sarah Grosch am 14. September 2015

Risotto mit Garnelen und Spinat

Für zwei Personen

350 g Garnelen	350 g Reis	250 g Blattspinat, TK
2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone
65 g Butter	60 g Parmesan	1 L Gemüsefond
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Zitronengras
1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Einen Topf mit dem Gemüsefond erhitzen und den aufgetauten Spinat ausdrücken. Etwas von der Zitronenschale abreiben, die Zitrone anschließend halbieren und auspressen. Einen weiteren Topf mit 30 Gramm Butter erhitzen. Die Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und in dem Topf glasig anschwitzen. Anschließend den Reis dazugeben und für 20 Minuten garen. Nach und nach etwas Fond dazu geben, bis der gesamte Fond aufgesogen ist. Etwas von dem Zitronenabrieb und dem Zitronensaft dazugeben. Die restliche Butter zusammen mit dem Spinat zu dem Reis geben. Den Parmesan reiben, ebenfalls dazu geben und alles vermengen. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Währenddessen eine Pfanne etwas erhitzen und die Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien. Eine Hälfte der Garnelen anschließend zusammen mit dem Thymian- und Rosmarinzweig anbraten. Die Knoblauchzehe abziehen, andrücken und ebenfalls in die Pfanne geben. Anschließend die Garnelen zu dem Risotto geben und alles gut vermengen. Die andere Hälfte der Garnelen auf dem Zitronengras aufspießen und ebenfalls in der Pfanne anbraten. Das Risotto mit Garnelen und Spinat auf Tellern anrichten, mit dem Garnelenspieß garnieren und servieren.

Anika Waak am 05. Juni 2014

Risotto mit gebratenen Jakobsmuscheln und Chorizo-Würfeln

Für zwei Personen

Für das Risotto:

125 g Risottoreis	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
400 ml Gemüsefond	100 ml trockener Weißwein	1/2 Bund glatte Petersilie
1 Lorbeerblatt	25 g Parmesan	1 EL Butter
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Jakobsmuscheln:

6 ausgelöste Jakobsmuscheln	70 g Chorizo	2 EL Olivenöl
-----------------------------	--------------	---------------

Für das Risotto Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zwei Esslöffel Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Reis zugeben und anrösten. Mit Wein ablöschen und den Fond nach und nach zugießen. Lorbeerblatt zugeben und den Reis offen bei schwacher Hitze 18 bis 20 Minuten köcheln lassen.

Die Haut von der Chorizo abziehen und die Wurst fein würfeln. Jakobsmuscheln abspülen und trocken tupfen. Zwei Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen. Chorizo darin circa zwei Minuten braten. Muscheln zugeben und unter Wenden zwei bis drei Minuten mitbraten.

Parmesan fein reiben. Petersilie waschen, trocken schütteln und Blättchen fein schneiden. Butter und Parmesan unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Risotto mit Muscheln, Chorizo und dem Chorizo-Bratöl auf Tellern anrichten. Mit Petersilie garnieren und servieren.

Linda Dohmen am 19. Mai 2016

Rotes Thai-Curry mit Riesen-Garnelen und Cashew-Kernen

Für zwei Personen

Für das Thai-Curry:

400 g Riesen-Garnelen	150 g thailändischer Duftreis	80 g geröstete Cashewnüsse
3 Frühlingszwiebeln	100g Mungobohnensprossen	2 Stangen Staudensellerie
2 cm frischer Ingwer	2 EL Erdnussöl	2 Stangen Zitronengras
200 ml Kokosmilch	50 ml Sahne	2 EL Reisessig
2 EL Fischsauce	2 EL Sojasauce	4 EL rote Currypaste
½ Bund Basilikum	½ Bund Minze	4 Kaffir-Limettenblätter
1 EL brauner Zucker	Salz, Pfeffer	Zum Garnieren:
10 Sellerieblätter	2 Limetten	2 Hibiskusblüten

Für den Salat:

½ grüne, unreife Papaya	½ Karotte	5 Cocktailtomaten
80g grüne Bohnen	2 Knoblauchzehen	2 Vogelaugenchilis
25 g getrocknete Shrimps	25 g ungesalzene Erdnüsse	2 EL Fischsauce
1 EL Palmzucker	1 Limette	Salz, Pfeffer

Für das Thai-Curry zunächst in einem Topf Wasser zum Kochen bringen, salzen und den Duftreis darin garen. Die Enden der Frühlingszwiebeln und des Selleries abtrennen und die Frühlingszwiebeln sowie den Sellerie fein schneiden. Die Cashewnüsse in einer Pfanne ohne Öl leicht anrösten. Anschließend einen Esslöffel Erdnussöl im Wok erhitzen und die Garnelen vier Minuten darin braten. Die Garnelen aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Den Ingwer schälen und fein hacken. Das Zitronengras ebenfalls fein hacken. Einen weiteren Esslöffel Öl in den Wok geben und den Ingwer mit den Frühlingszwiebeln, Sellerie, Zitronengras eine Minute leicht anrösten. Die Kokosmilch mit der Sahne, der roten Currypaste, braunem Zucker, Reisessig, Fisch- und Sojasauce verrühren, bis der Zucker sich auflöst. Die Mixtur in den Wok geben und drei Minuten kochen, bis die Sauce leicht andickt. Die Basilikum- und die Minzblätter von den Stängeln zupfen und fein hacken. Jeweils zwei Esslöffel Basilikum und Minze mit den Garnelen, Mungobohnensprossen, und Limettenblättern hinzufügen und das Curry zwei weitere Minuten kochen. Für den Salat die Papaya schälen und mit einem Julienneschneider in feine Streifen schneiden. Die Karotte schälen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die Erdnüsse in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Die Bohnen in zweieinhalb Zentimeter lange Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser etwa zwölf Minuten garen. Die Knoblauchzehen abziehen und mit den Chilischoten im Mörser zerkleinern. Die getrockneten Garnelen, die Fischsauce und den Palmzucker dazugeben und alles zusammen zerstoßen. Zuletzt die Cocktailtomaten halbieren, in den Mörser geben und leicht andrücken. Die Mischung aus dem Mörser mit den Bohnen, Karotten- und Papaya-streifen vermengen. Eine Limette halbieren und den Salat mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die gerösteten Erdnüsse als Garnitur darüber streuen. Zuletzt den Reis mit einem Servierring in der Mitte eines tiefen Tellers anrichten und das Curry darum verteilen. Mit den Sellerieblättern und Limettenvierteln garnieren. Den Salat in einem separaten Schälchen dazu reichen.

Paul Woelky am 12. Januar 2015

Rotes Thai-Curry mit Udon-Nudeln, White Tiger Garnelen

Für zwei Personen

Für die Rote Paste:

10 getr. rote Thai-Chilis	2 cm frische Galgantwurzel	2 frische Korianderwurzeln
1 Zitronengrasstange	2 Schalotten	4 Knoblauchzehen
1 TL Korianderpulver	1 TL Kuminpulver	1 Kaffirlimette
1 TL Garnelenpaste	3 TL weiße Pfefferkörner	½ TL Salz

Für die Nudeln:

240 g Mehl (Type 405)	Mehl	Salz
-----------------------	------	------

Für das Curry:

2 Thai-Auberginen	6 Thai Mini-Maiskolben	2 Stangen Frühlingslauch
1 EL Rote Curry Paste	250 ml Fischfond	250 ml Kokosnusscreme
3 Kaffirlimettenblätter	1 TL Fischsauce	1 Bund Thai-Basilikum
1 EL Erdnüsse (ungesalzen)	1 TL schwarzer Sesam	1 EL Rapsöl
Salz		

Für die Garnelen:

12 White Tiger Garnelen	2 Knoblauchzehen	1 TL Chiliflocken, scharf
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Rote Thai-Curry-Paste:

Die getrockneten Chilis für 5 Minuten in heißem Wasser einweichen. In der Zwischenzeit Kumin- und Korianderpulver in einer beschichteten Pfanne kurz rösten und in eine Moulinette geben. Die Pfefferkörner in einem Mörser fein zermahlen und ebenfalls hinzugeben. Haut von einer halben Kaffirlimette abziehen und fein hacken. Schalotten und Knoblauch abziehen, mit der Kaffirlimettenschale in einen Mixer geben.

Korianderwurzel, Galgant, Schalotte, Knoblauch und Zitronengras ebenso hacken und hinzugeben. Geröstete Gewürze, Pfeffer, Salz, Garnelenpaste zugeben und alles zu einer homogenen Paste mixen. Bei Bedarf etwas Wasser hinzufügen. Zum Schluss die eingeweichten Chilis hinzugeben. Alles nochmals gut durchmixen.

Für die Nudeln:

120 ml warmes Wasser in eine Schüssel geben, 1 TL Salz hinzufügen und umrühren, bis es sich aufgelöst hat. Mehl in eine Schüssel geben und mit dem Salzwasser in einer Küchenmaschine circa fünf Minuten verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und 10 Minuten kalt stellen. Anschließend Folie entfernen und kräftig durchkneten. Arbeitsfläche bemehlen und Teig mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz 3 mm dünn ausrollen. In 3 mm breite Nudeln schneiden. Danach in kochendem Salzwasser 5-8 Minuten weich kochen. Abschütten und in kaltem Wasser aufbewahren, um ein Zusammenkleben oder weitergaren zu verhindern.

Für das Curry:

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. In einem Topf 1 EL Rapsöl erhitzen und die Curry-Paste darin für einige Minuten anrösten. Mit Kokosnusscreme und dem Fischfond ablöschen und aufkochen.

Kaffirlimettenblätter hinzufügen und vor dem Anrichten herausnehmen. Das Curry mit Salz und Fischsauce abschmecken. Thai-Auberginen waschen, vierteln und gemeinsam mit den Mini-Maiskolben in gesalzenem kochendem Wasser 5 Minuten blanchieren. Anschließend abschütten und kalt abschrecken. Den schwarzen Sesam in einer beschichteten Pfanne ohne Fett kurz anrösten. Die Erdnüsse in einer Auflaufform für 2-3 Minuten im vorgeheizten Ofen rösten. Herausnehmen.

Thai-Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Frühlingszwiebel waschen und in feine Röllchen schneiden.

Für die Garnelen:

Knoblauch abziehen und fein hacken. Chiliflocken in einem Mörser fein mahlen. White Tiger Garnelen waschen, trocken tupfen und in einer heißen Pfanne mit dem Knoblauch in 2 EL Olivenöl von jeder Seite ca. 1 Minute scharf anbraten. Mit Salz, Pfeffer und gemahlene Chili-Flocken würzen.

Eine Portion Udon Nudeln mittig in einer Bowl aufdrehen und platzieren. Mini-Maiskolben und Thai-Auberginen hinzufügen. Das rote Curry mit dem Zauberstab aufschäumen und übergießen. Frühlingszwiebelringe und Thai Basilikum über das rote Curry streuen. 1 TL Schwarzen Sesam und 1 EL Erdnüsse zugeben. Zum Schluss 4 White Tiger Garnelen auf das rote Curry setzen.

Rote Thai-Curry-Bowl mit selbstgemachten Udon-Nudeln und White Tiger Garnelen in Bowls anrichten und servieren.

Moritz Laux am 30. Oktober 2017

Süßkartoffel-Mango-Pfanne mit Garnelen und Kokosmilch

Für zwei Personen

Für die Süßkartoffel-Pfanne:

1 Karotte	1 Süßkartoffel	1 rote Paprika
1 Mango	$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 Knolle Ingwer, 3 cm	$\frac{1}{2}$ Stange Zitronengras	60 ml Orangensaft
120 ml Gemüsefond	250 ml Kokosmilch	$\frac{1}{2}$ TL thailändische Currypaste
$\frac{1}{2}$ Bund Koriandergrün	Korianderpulver	Currypulver
Chilipulver	Kurkuma	Cayennepfeffer
Paprikapulver	Sesamöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für die Garnelen:

8 Riesengarnelen	4 Zehen Knoblauch	Rapsöl
Salz		

Für die Garnitur:

100 g Cashewkerne

Für die Süßkartoffel-Mango-Pfanne das Sesamöl im Wok erhitzen, die Frühlingszwiebeln währenddessen in feine Ringe schneiden und anschließend anbraten. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Den Ingwer schälen und ebenfalls klein hacken. Danach den gehackten Knoblauch, einen halben Teelöffel gehackten Ingwer und die Currypaste hinzufügen und anrösten. Mit dem Orangensaft ablöschen und den Gemüsefond dazugießen. Das Zitronengras zerdrücken und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kokosmilch unterrühren und alles für fünf Minuten schwach kochen lassen.

Die Karotte und die Süßkartoffel schälen und in Stifte schneiden. Die Paprika ebenso stifteln. Alles der Pfanne hinzugeben und weitere zehn Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Mit gehacktem Koriander, Korianderpulver, Currypulver, Kurkuma, Chilipulver, Cayennepfeffer, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Mango halbieren, vom Kern befreien, die Hälfte würfeln und kurz mitziehen lassen. Die andere Hälfte der Mango kann anderweitig verwendet werden.

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trockentupfen. Den Knoblauch abziehen, zerdrücken und zusammen mit den Garnelen in einer Pfanne mit dem Rapsöl anbraten, abschließend salzen.

Für die Garnitur die Cashewkerne in einer Pfanne leicht anrösten.

Die Süßkartoffel-Mango-Pfanne mit Garnelen und Kokosmilch auf Tellern anrichten, mit den gerösteten Cashewkernen garnieren und servieren.

Verena Leister am 09. Juli 2015

Safran-Risotto mit Garnelen und Rucola-Pesto

Für zwei Personen

Für das Safranrisotto:

250 g Risottoreis	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
100 g Parmesan	100 g kalte Butter	750 ml Hühnerfond
250 ml Weißwein	0,2 g Safran	50 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnelen:

4 Garnelen	1 Zehe Knoblauch	4-5 Zweige Thymian
Butter	Chiliflocken	Salz
Pfeffer		

Für das Rucolapesto:

1 Bund Rucola	1 Bund Petersilie	2 Zehen Knoblauch
40g Pinienkerne	100 ml Olivenöl	Salz

Den Hühnerfond in einem Topf mit den Safranfäden erhitzen.

Für das Risotto Schalotten und Knoblauch abziehen und sehr fein würfeln. In einem Topf Olivenöl erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen. Reis dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Reis mit etwas Hühnerfond und Weißwein aufgießen. Sobald die Flüssigkeit verkocht ist, noch etwas Hühnerfond aufgießen und weiterrühren, bis der Reis bissfest gegart ist. Parmesan reiben. Butter und Parmesan unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Garnelen diese längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen und andrücken. Thymian abbrausen und trockenwedeln. In einer Pfanne Butter erhitzen Knoblauch, Thymianzweige und Garnelen darin anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen.

Für das Rucolapesto Knoblauch abziehen und hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Rucola waschen, trocken schleudern und zerkleinern. Knoblauch, Petersilie, Rucola und Pinienkerne fein pürieren. Olivenöl unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Safranrisotto mit Garnelen und Rucolapesto auf einem Teller anrichten und servieren.

Martin Wiatrek am 28. April 2016

Schmorgurken mit Flusskrebse und geröstetem Blumenkohl

Für zwei Personen

Für die Schmorgurken:

3 kleine Salatgurken	1 Fleischtomate	1 weiße Zwiebeln
1 Zitrone (Saft)	150 ml Gemüsebrühe	

Für die Flusskrebse:

100 g vorg. Flusskrebsschwänze	100 g geräucherter Speck	$\frac{1}{4}$ Bund Dill
100 ml trockener Weißwein	2 EL Butter	1 EL Mehl
1 EL getrocknete Senfkörner	Essig	Salz, Pfeffer

Für den Blumenkohl:

$\frac{1}{2}$ Blumenkohl	Butter	Olivenöl
--------------------------	--------	----------

Für die Schmorgurken:

Die Salatgurken abbrausen, trockentupfen und zurechtschneiden. Gurkenverschnitt pürieren. Zwiebel abziehen und fein hacken. Fleischtomate waschen, trockentupfen und fein würfeln. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Speck würfeln.

Für die Flusskrebse:

Die Flusskrebse abbrausen und trockentupfen. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Flusskrebse in Öl wenden und Dill darüber geben.

Gurkenpüree in eine tiefe Pfanne geben und erhitzen, mit Weißwein ablöschen und Fond aufgießen. Essig und Senfkörner dazugeben und Gurken im Sud 15 Minuten schmoren lassen.

Speck in einer Pfanne auslassen, Zwiebeln hinzugeben und andünsten. Tomaten dazugeben und mit Gurkensud ablöschen. Kurz einköcheln lassen. Mit Butter aufmontieren und bei Bedarf mit Mehl andicken. Gurken aus dem Sud nehmen und zur Sauce geben.

Die Flusskrebse anschließend durch das Gurkenpüree ziehen

Für den Blumenkohl:

Blumenkohl abbrausen, trockentupfen und Röschen abschneiden. Etwas zerkleiner. Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen und Blumenkohl darin kross anbraten.

Die Schmorgurken auf Tellern anrichten, Flusskrebse darauf platzieren, mit geröstetem Blumenkohl garnieren und servieren.

Constantijn Gubbels am 16. August 2017

Schwarze Tagliolini mit Meeresfrüchte-Tomaten-Soße

Für zwei Personen

Für die Nudeln:

50 g Hartweizengrieß	150 g Mehl Type 00	2 Eier
10 g Sepia-Tinte	3 EL Olivenöl	1 Prise feines Salz

Für die Sauce:

150 g Mini-Tintenfische	150 g Venusmuscheln	150 g Garnelen mit Schale
200 g Kaisergranate mit Schale	400 g Cherrytomaten	1 rote Chili
2 Knoblauchzehen	200 ml Fischfond	200 ml trockener Weißwein
2 EL Paniermehl	10 Safranfäden	1 Bund glatte Petersilie
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Nudelteig Hartweizengrieß, Mehl, Eier, Sepia-Tinte, Öl und Salz circa fünf Minuten zu einem kompakten Teig kneten. Mit der Nudelmaschine auswallen und zu Tagliatelle schneiden. Für die Sauce Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Knoblauch und Cherrytomaten anbraten, salzen, pfeffern und circa zehn Minuten dünsten. Vongole in einer großen Schüssel mit Wasser reinigen. Tintenfische in Kopf und Tentakelkörper teilen, Chitinplatte und Schleimbeutel entfernen und klein schneiden. Tintenfische im Paniermehl wenden, in einer weiteren Pfanne mit Olivenöl und Knoblauch circa zwei Minuten anbraten, dann Garnelen und Kaisergranate hinzugeben und kurz mitbraten. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit den Vongole in die Pfanne geben.

Fischfond angießen, köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Chili längs halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien, fein hacken und mit Safran unterrühren. Den Eintopf nochmals aufkochen lassen.

Tagliatelle in einem Topf mit reichlich Salzwasser circa fünf Minuten garen und abschöpfen. Nudeln in die Pfanne mit den Cherrytomaten geben, miteinander vermengen und kurz erhitzen. Den Inhalt der Pfanne mit dem Fisch dazugeben und unterheben.

Die schwarzen Tagliolini mit Meeresfrüchte-Tomaten-Sauce in tiefen Tellern anrichten, mit ganzen Meeresfrüchten garnieren und servieren.

Francesca Scarano am 04. Juli 2016

Selbstgemachte Fusilli alle vongole mit Kapern

Für zwei Personen

Für die Fusilli:

100 g Mehl 100 g Hartweizengrieß 1 Ei
50 ml eiskaltes Wasser 1 Prise feines Salz

Für die Sauce:

500 g Venusmuscheln 300 g San-Marzano-Tomaten 1 rote Chili
2 Knoblauchzehen $\frac{1}{4}$ Bund Basilikum 1 TL Tomatenmark
Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

1 EL Kapern 100 ml neutrales Pflanzenöl

Für die Fusilli:

Das Mehl mit Salz, Ei und Wasser in einer Schüssel mit einer Gabel vermischen und anschließend mit den Händen kräftig kneten. Den Teig für ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Den Teig zu etwa 1 cm dicken Stangen aufrollen und mit einem Messer 4 cm lange Stücke abteilen. Die Teigzylinder ca. 4 cm lang und 1 cm Durchmesser mit einem Spieß zu Fusilli formen. Die Fusilli in einem Topf mit reichlich Salzwasser etwa 3 Minuten al dente kochen.

Für die Sauce:

Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Chilischote längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Öl in einem Topf erhitzen. Chili und Knoblauch ca. 5 Minuten andünsten. Tomaten blanchieren und schälen.

Die Muscheln in einem Topf mit kräftig kochendem Wasser etwa 3 Minuten sprudelnd aufkochen und durch ein Sieb abgießen.

Die Tomatenstücke in kleine Stücke schneiden, kräftig aufkochen und leicht dicklich einköcheln. Die Muscheln dazugeben und den Sud mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Für die Garnitur:

Die Kapern in einem Topf mit reichlich Öl kross frittieren, durch ein Sieb abgießen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die selbstgemachte Fusilli vongole mit Kapern auf Tellern anrichten, mit Parmesan, Kapern und gehacktem Basilikum garnieren und servieren.

Antonio Radano am 04. September 2017

Spargel-Risotto mit Sesam-Garnele und Sauce béarnaise

Für zwei Personen

Für das Risotto:

150 g weißer Spargel	300 g Reis	2 Schalotten
1 Zitrone, Schale, Saft	50 g Parmesan	80 g kalte Butter
100 ml trockener Weißwein	1 l Gemüsefond	1 Bund Blattpetersilie
1 Bund Basilikum	1 Lorbeerblatt	1 Prise Zucker
½ TL Garam-Masala	1 Prise Chilipulver	20 g Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce béarnaise:

2 Eier	125 g Butterschmalz	40 g Gemüsefond
40 g Weißwein	2 Zweige Estragon	80 g Bindemittel aus Zitrusfasern
1 Zitrone, Saft		

Für die Garnele:

4 Riesengarnelen	6 Kirschtomaten	4 EL helle Sesamsaat
50 g Sesamöl	20 ml Pflanzenöl	Salz

Für das Risotto:

4 Stangen Spargel schälen und beiseite legen. Die übrigen Stangen schräg schneiden. Die Schalotten abziehen, in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Pflanzenöl anschwitzen. Den Reis hinzugeben, ebenfalls anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Zitrone halbieren, den Saft auspressen und die Zitronenschale abreiben. Nach und nach den Fond hinzugeben, sowie etwas Zitronenschale, das Lorbeerblatt und die Hälfte des Garam Masala. Unter Rühren mit reduzierter Hitze den Reis garen. Hin und wieder mit Fond auffüllen. Petersilie und Basilikum abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Die Spargelstangen in etwas Butter und Zucker karamellisieren.

Das leicht bissfeste Risotto, mit Chili, kalten Butterwürfeln, Salz, Pfeffer und dem übrigen Garam Masala verfeinern. Die gehackten Kräuter und den Zitronensaft vor dem Servieren hinzugeben, das Lorbeerblatt entfernen.

Für die Sauce béarnaise:

Den Estragon abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Den Weißwein mit Estragon aufkochen. Die Eier trennen und das Butterschmalz erhitzen. Die Eigelbe, den Fond, das Butterschmalz, Zitronensaft und das Bindemittel hinzugeben und aufschlagen. Durch ein Sieb geben.

Für die Garnele:

Die Garnelen salzen, in Sesamöl wenden und in Sesam andrücken. Garnelen in einer Pfanne mit Öl anbraten. Tomaten am unteren Teil einritzen und mit den Garnelen kurz braten.

Das Spargel-Risotto mit gebratener Sesam-Garnele und Sauce béarnaise auf Tellern anrichten und servieren.

Catherine Steuber am 12. April 2017

Spinat, Kartoffeln und Eier mit Nordseekrabben

Für zwei Personen

Für den Stampf:

4 Kartoffeln	100 g Babyspinat	2 Knoblauchzehen
300 ml Milch	50 g Butter	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

2 Eier	200 g Butter	1 Zitrone, Saft
$\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

200 g Räucherlachs	150 g ungesch. Nordseekrabben	20 g Nordseekrabbenfleisch
200 ml Milch	2 TL grobes Meersalz	

Für das Ei:

4 Eier	20 ml Weißweinessig
--------	---------------------

Für den Stampf:

Die Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und zusammen mit den 2 geschälten Knoblauchzehen in einem Topf mit gesalzenem Wasser gar kochen. Kartoffeln abgießen und 90 g Spinat, sowie Butter und Milch zugeben und ordentlich stampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Übrigen Spinat abrausen, schleudern und beiseite legen.

Für die Sauce:

Die Butter in einem Topf schmelzen lassen. Eier trennen und das Eigelb mit 4 EL Wasser und Zitronensaft mit dem Schneebesen schaumig schlagen. Auf dem Herd erwärmen und ständig schlagen. Die geklärte und erwärmte Butter vorsichtig einfließen lassen und weiterschlagen. Mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer abschmecken und bei 60 Grad warmhalten.

Für die Garnitur:

Milch in einem Topf zusammen mit 100 g der ungeschälten Nordseekrabben 2 Minuten zum Kochen bringen. Krabben abschöpfen, Milch salzen und abkühlen lassen. Übrige Krabben 2 Minuten bei 180 Grad frittieren, herausholen und auf einem Küchentrepp abtropfen. Mit Meersalz bestreuen.

Für das Ei:

In einem Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen und auf mittlere Hitze zurückschalten. Essig ins Wasser geben und mit einer Gabel einen Wasserstrudel erzeugen. Eier vorsichtig hineingießen und 2 $\frac{1}{2}$ Minuten pochieren.

Den Kartoffelstampf mit dem pochierten Ei, der Sauce, dem Lachs und dem Milchschaum servieren. Zum Schluss noch mit Spinatblättern, frittierten Krabben und geschälten Krabben servieren.

Annette Wieland am 13. Februar 2017

Spinat-Linsen-Topf mit Jakobsmuscheln und Quark-Brötchen

Für zwei Personen

Für den Spinat-Linsen-Topf:

6 Jakobsmuscheln	100 g Linsen	100 g Babyspinat
$\frac{1}{2}$ Limette	$\frac{1}{2}$ Schalotte	10 g Ingwer
$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	1 Msp. Kreuzkümmel	1 Prise Safran
1 TL gelbe Currypaste	2 EL Sesamöl	35 ml trockener Weißwein
200 ml Kokosmilch	Chilipulver, Salz	

Für die Quarkbrötchen:

250g Dinkelmehl	1 Beutel Weinstein-Backpulver	1 Ei
150g Magerquark	100g Naturjoghurt	2 EL Sesam
1 TL Salz		

Die Linsen im Sieb abbrausen und in 250 Milliliter Wasser bissfest garen. In der Zwischenzeit Quark, Joghurt und das Ei in einer Rührschüssel mit Knethaken zu einer homogenen Masse verrühren. Backpulver, Salz und nach und nach das Dinkelvollkornmehl dazugeben. Danach zwei Esslöffel Sesam dazugeben. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und fünf große Brötchen auf das Blech geben. Das Blech in den kalten Backofen schieben, auf 220 Grad Ober-/Unterhitze einstellen und auf mittlerer Schiene 20 Minuten backen. Wenn die Brötchen leicht braun werden und duften, aus dem Ofen nehmen. Die Linsen abgießen und abtropfen lassen. Den Spinat waschen und beiseite stellen. Ingwer schälen, Schalotte abziehen und beides fein würfeln. Einen Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen und Currypaste, Ingwer und Schalotten darin anbraten. Mit Weißwein ablöschen. Nun die Linsen hinzugeben, mit Kokosmilch angießen und fünf Minuten köcheln lassen. Die Limette auspressen. Die Muscheln waschen, trocken tupfen und mit etwas Limettensaft beträufeln. Mit Chili und Salz würzen. Im übrigen Öl von jeder Seite zwei Minuten scharf anbraten. Die Linsensauce mit Salz, Limettensaft, Chili, Kreuzkümmel und Safran abschmecken. Den Spinat unterheben. Den Spinat-Linsen-Topf auf Tellern verteilen und jeweils drei Jakobsmuscheln draufsetzen. Die Quarkbrötchen dazu servieren.

Karin Emme am 29. September 2014

Tagliatelle mit Garnelen, Artischocken, Tomaten

Für zwei Personen

Für die Tagliatelle:

200 g doppelgr. Weizenmehl	4 Eier	1 EL Milch
1 EL Olivenöl	Mehl	Salz

Für die Sauce:

150 g Garnelen	2 große Fleischtomaten	2 Frühlingszwiebeln
4 Artischockenherzen	100 ml Schlagsahne	50 ml trockener Sherry
$\frac{1}{2}$ Bund Estragon	1 EL eingel. grüne Pfefferkörner	1 TL getr. Estragon
1 EL Olivenöl	Cayennepfeffer	Salz

In einem Topf gesalzenes Wasser für die Tagliatelle zum Kochen bringen.

In einem Topf Wasser für die Tomaten zum Kochen bringen.

Für die Tagliatelle Eier aufschlagen. Aus Mehl, Eiern, Olivenöl, einer Prise Salz und Milch einen Teig kneten und diesen zum Ruhen circa 15 Minuten in den Kühlschrank legen. Arbeitsfläche bemehlen, Teig dünn ausrollen und Tagliatelle schneiden. In gesalzenem Wasser 2-3 Minuten bissfest garen.

Für die Sauce Garnelen kalt abbrausen und trockentupfen. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken, häuten, Strunk und Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch fein würfeln. Artischockenherzen vierteln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Frühlingszwiebeln anschwitzen. Artischocken dazugeben, anschließend die Tomaten. Garnelen ebenfalls hinzufügen, kurz scharf anbraten. Zwei Garnelen für die Garnitur beiseitelegen. Rest mit Sherry ablöschen. Sahne angießen und grüne Pfefferkörner unterrühren. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Estragon abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Einen Teil für die Garnitur beiseitelegen, restlichen Estragon mit getrocknetem Estragon unter die Sauce rühren.

Selbstgemachte Tagliatelle mit gebratenen Garnelen, Artischocken und Tomaten in Sherry-Sahne-Sauce auf Tellern anrichten, mit Garnelen und Estragon garnieren und servieren.

Renate Zimmermann am 25. Juli 2016

Tagliatelle mit Garnelen, Mango und Walnüssen

Für zwei Personen

Für die Tagliatelle:

400 g Mehl	Mehl	4 Eier
10 Walnusskerne	1 Prise feines Salz	Salz

Für die Beilagen:

4 Riesengarnelen	1 Mango	1 Zehe Knoblauch
2 Zweige Rosmarin	1 Zitrone	Mehl, Olivenöl
Butter, Salz, Pfeffer		

Für die Tagliatelle:

Die Walnüsse kleinhacken. Mehl, Eier, Salz und 4 klein gehackte Walnüsse vermengen und durch die Nudelmaschine drehen. Aus dem Teig Tagliatelle schneiden. Tagliatelle kurz in einem Topf mit kochendem Salzwasser gar kochen.

Für die Beilagen:

Etwas von dem Nudelwasser in eine Pfanne geben und mit Mehl andicken.

Mango schälen und klein würfeln. Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Walnüsse und Mango in die Pfanne geben. Nudeln ebenfalls dazu geben und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Knoblauch abziehen und kleinschneiden.

Garnelen mit Knoblauch und Rosmarin kurz in einer Pfanne mit Butter und Öl anbraten. Mit Salz würzen.

Die Tagliatelle mit Garnelen, Mango und Walnüssen auf Tellern anrichten und servieren.

Lisa Bohm am 27. Juli 2017

Tomaten-Scampi-Pfanne mit Bandnudeln

Für 2 Personen

8 Riesen-Garnelen	300 g Cocktailtomaten	3 Zehen Knoblauch
2 Schalotten	2 Eier	250 ml Sahne
200 g Mehl	250 ml Gemüsefond	250 ml Weißwein, trocken
½ Bund Dill	½ Bund glatte Petersilie	2 EL Tomatenmark
3 EL Olivenöl	Salz, bunter Pfeffer	

Die Eier in eine Schüssel geben und mit einer Gabel kurz an schlagen. Anschließend eine Prise Salz und zwei Esslöffel Olivenöl hinzufügen. Nun das Mehl hinzugeben und mit der Hand zu einem geschmeidigen Teig kneten. Mit der Nudelmaschine aus dem fertigen Teig Bandnudeln formen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und würfeln. Die Riesen-Garnelen von Kopf und Schale befreien und den Darm entfernen. Anschließend waschen und trocken tupfen. Jetzt das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen salzen und pfeffern. Anschließend die Garnelen scharf anbraten. Die Schalotten und den Knoblauch zum mitdünsten hinzugeben. Die Cocktailtomaten waschen und halbieren. Nun das Tomatenmark unterrühren und die Cocktailtomaten dazugeben. Anschließend alles mit dem Weißwein und dem Gemüsefond ablöschen und köcheln lassen. In einem Topf Wasser aufsetzen und salzen. Die Nudeln ins kochende Wasser geben und drei bis vier Minuten kochen. Die Petersilie und den Dill waschen, kleinschneiden und zusammen mit der Sahne in die Pfanne geben. Alles noch einmal kurz aufkochen und vom Herd nehmen. Die Bandnudeln mit der Scampi-Pfanne auf einem Teller anrichten und servieren.

Morten Vogt am 03. März 2014

Tomatisiertes Risotto mit Garnelen

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

4 Garnelen	1 Chilischote	$\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin
Chiliflocken	schwarzer Pfeffer	Salz

Für das Risotto:

200 g Risottoreis	200 g Cherrytomaten	2 Zwiebeln
$\frac{1}{2}$ Knolle frischen Knoblauch	100 g Parmesan, am Stück	100 g Butter
200 ml trockener Weißwein	200 ml Brühe	2 EL Tomatenmark, Oro di Parma
Olivenöl	Zucker	grobes Meersalz
schwarzer Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen.

Die Cherrytomaten mit dem Strunk waschen und in eine Auflaufform geben. Mit Olivenöl beträufeln und mit Pfeffer, grobem Meersalz und etwas Zucker würzen, dann in den Ofen stellen. Für das Risotto die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Eine Pfanne mit etwas Butter und etwas Olivenöl erhitzen, die Zwiebelmischung darin andünsten und mit ein wenig Zucker karamellisieren. Den Risottoreis hinzugeben und mit anschwitzen.

Das Risotto abwechselnd mit Brühe und Weißwein ablöschen, dabei stets umrühren und Flüssigkeit verkochen lassen.

Den Parmesan reiben. Das Risotto mit dem Parmesan würzen und mit zwei Esslöffeln Tomatenmark verfeinern. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Garnelen putzen und waschen. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und den Rosmarin hineinlegen. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und kleinschneiden. Den Knoblauch zusammen mit der Chilischote hinzufügen, die Garnelen in die Pfanne geben und zwei Minuten von beiden Seiten anbraten. Mit Pfeffer, Salz und Chili Flocken würzen.

Das Risotto mit den karamellisierten Tomaten und den Garnelen anrichten und servieren.

Johanna Gerber am 13. April 2015

Würzige Teriyaki-Garnelen mit Reis

Für zwei Personen

Für die Teriyaki-Garnelen:

4 Garnelen	1 Zucchini	1 rote Paprika
1 kleiner Brokkoli	1 rote Chili	1 rote Zwiebel
100 ml Teriyakisauce	Pflanzenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für den Reis:

150 g Reis	300 g Gemüsefond
------------	------------------

Den Kopf der Garnelen abtrennen. Die Schale vom Fleisch entfernen. Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden und den Darm entfernen. Den Reis im Gemüsefond gar kochen. Die Zucchini halbieren, von den Enden befreien, mit einem Teelöffel entkernen und in fingerdicke Stücke schneiden. Die Paprika und den Brokkoli waschen. Die Paprika entkernen und zusammen mit dem Brokkoli in mundgerechte Stücke teilen. Eine halbe Chili entkernen und in feine Ringe schneiden. Die Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Die Garnelen und das Gemüse in einer Pfanne im Öl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse mit der Teriyakisauce übergießen und durchschwenken. Den Reis mit den Teriyaki-Garnelen und dem Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Danny Graf am 12. Februar 2015

Ziegenkäse-Risotto, Spargel, Erbsen, Minze, Garnelen

Für zwei Personen

Für das Risotto:

100 g Risotto-Reis	1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
4 Stangen grüner Spargel	40 g junge Tiefkühl-Erbsen	40 g Ziegenfrischkäse
25 g Butter	20 ml trockener Weißwein	500 ml Gemüsefond
1 EL Olivenöl	2 EL flüssiger Akazienhonig	4 Blätter Minze
1 EL milde Chiliflocken	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Garnelen:

4 White Tiger Garnelen	1 Zehe Knoblauch	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Erbsen auftauen. Gemüsefond in einem Topf erwärmen.

Für das Risotto unteres Drittel des Spargels schälen, Stangen waschen, trockentupfen und in 2 cm lange Stücke schneiden. Mit Honig, Chiliflocken, Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren. In einer heißen Pfanne anbraten und beiseite stellen.

Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Schalotte abziehen und fein würfeln. 2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalotten bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Reis hinzugeben und eine Minute mitdünsten. Knoblauch abziehen, fein hacken und zum Risotto geben. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Nach 6 Minuten Kochzeit Erbsen hinzufügen. Gemüsefond nach und nach zugeben und Reis bissfest garen. Am Ende der Kochzeit mit Salz und Pfeffer würzen und Minze, Ziegenfrischkäse, Butter und Spargel unterrühren.

Garnelen schälen, entdarmen, kalt abbrausen und trockentupfen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Garnelen mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen und in Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten.

Ziegenfrischkäse-Risotto mit grünem Spargel, Erbsen, Minze und gebratenen Garnelen auf Tellern anrichten und servieren.

Tobias Zwick am 02. Juni 2016

Zitronen-Risotto mit Hummer und Wildkräuter-Salat

Für zwei Personen

Für den Risotto:

300 g Risottoreis	200 g vorgeg. Hummerfleisch	1 Zitrone
4 Schalotten	20 g Parmesan	1 Knoblauchzehe
1l Schalentierfond	1 EL Butter	1 Bund Basilikum
1 Bund glatte Petersilie	4 EL Sonnenblumenöl	100 ml natives Olivenöl
70 ml trockener Weißwein	1 Prise Salz	1 Prise weißer Pfeffer

Für den Wildkräutersalat:

150 g Wildkräutersalat	1 Zweig Kerbel	1 Zweig Petersilie
$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch	4 EL Olivenöl	Salz

Für den Risotto:

Das Basilikum und die Petersilie waschen, die Blätter abzupfen und auf einem Küchentuch trocknen lassen. Mit 4 EL Olivenöl und 4 EL Sonnenblumenöl pürieren. Das Pesto kühl aufbewahren. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken, ebenso wie die Schalotten. Beides im Topf mit ca. 2 EL Olivenöl anbraten und nach kurzer Zeit den Reis hinzufügen. Ein paar Minuten unter Rühren erhitzen, bis er glasig wird. Mit dem Weißwein ablöschen. Nun den Fond hinzugeben. Einmal aufkochen und dann bei niedriger Stufe weiter köcheln, bis der Reis al dente ist. Die Zitrone waschen, trocknen und die Schale fein abreiben. Anschließend die Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Den Risottotopf von der Herdplatte nehmen, restliches Olivenöl, das Pesto und den geriebenen Parmesan unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kurz vor dem Servieren den Hummer in etwas zerlassener Butter anbraten und etwas salzen.

Für den Wildkräutersalat:

Den Wildkräutersalat gut waschen und trocken schleudern. Die Kräuter ebenfalls waschen, trocknen und grob hacken. Zu dem Salat geben und mit dem Olivenöl vermengen. Mit Salz abschmecken.

Das Zitronen-Risotto mit Hummer und Basilikum mit Wildkräutersalat auf Tellern anrichten und servieren.

Christoph Wroblewski am 08. März 2017

Zitronen-Risotto, Büffelmozzarella, Black Tiger Prawns

Für zwei Personen

Für das Risotto :

200 g Risottoreis	1 Stange Staudensellerie	1 Zitrone (Saft, Abrieb)
1 Schalotte	3 Zehen Knoblauch	150 ml trockener Weißwein
1L Gemüsefond	1 Kugel Büffelmozzarella	100g Parmesan
100g Butter	Olivenöl, Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Black Tiger Prawns:

6 große Black Tiger Prawns	2 Zehen Knoblauch	1 Schote Chili
Olivenöl		

Für den frittierten Salbei:

1 Bund Salbei	300 ml Sonnenblumenöl	Salz
---------------	-----------------------	------

Für das Risotto :

Die Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Sellerie schälen und fein würfeln. Olivenöl in die Pfanne erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Sellerie glasig anbraten. Risottoreis hinzugeben und kurz mit braten. Mit Weißwein ablöschen und den Wein reduzieren lassen. Nach und nach Fond zugießen und die Flüssigkeit einreduzieren lassen.

Büffelmozzarella klein schneiden. Schalen der Zitrone reiben und den Abrieb auffangen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Parmesan reiben und etwas Käse als Garnitur bei Seite stellen. Wenn das Risotto gar ist und eine schöne Bissfestigkeit hat, Mozzarella hinzugeben und glattrühren. Zitronenschale und -Saft hinzugeben und unterrühren. Restlichen Parmesan und Butter unterheben und Risotto cremig rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für die Black Tiger Prawns:

Die Garnelen waschen und trockentupfen.

Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Chilischote der Länge nach aufschneiden, Scheidewände und Kerne entfernen und in dünne Streifen schneiden. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Garnelen glasig braten. Kurz vor Ende der Garzeit Knoblauch und Chili hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den frittierten Salbei:

Öl in einem Topf erhitzen. Salbei abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Salbeiblätter mit Küchenpapier gründlich trocken tupfen und im erhitzten Öl kross frittieren. Blätter auf Küchenpapier ausfetten lassen und mit Salz bestreuen. Knoblauchscheiben aus der Pfanne nehmen und auf ein Küchenpapier geben.

Das Risotto auf den Tellern anrichten, Black Tiger Prawns darauf anrichten, mit frittierten Salbei, Knoblauchscheiben und Parmesan garnieren und servieren.

Leila Irik am 19. Juni 2017

Zucchini-Nudeln mit Miesmuschel-Soße

Für zwei Personen

Für die Gemüsesauce:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	3 Zwiebeln
2 Zehen Knoblauch	1 Zucchini	3 Tomaten
3 Stangen Staudensellerie	2 Möhren	500 ml passierte Tomaten
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Oregano
Olivenöl	1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Muscheln:

1 kg Miesmuscheln	150 ml Weißwein	15 g Butter
-------------------	-----------------	-------------

Für die Zucchini-Nudeln:

2 mittlere Zucchini	Salz	2 EL Butter
---------------------	------	-------------

Für die mediterrane Gemüsesauce:

Die rote und gelbe Paprika, Zucchini, Tomaten und Staudensellerie abbrausen, trocken tupfen und in feine Würfel schneiden. Die Möhren schälen und ebenfalls in feine Würfel schneiden. Die Zwiebeln abziehen, klein schneiden und in einem hohen Topf in etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze glasig andünsten. Gemüse hinzufügen und ebenfalls mit andünsten. Kräuter abbrausen, trocken wedeln, fein schneiden und hinzugeben. Passierte Tomaten und etwas Wasser zugeben und die Sauce für ca. 20 Minuten kochen lassen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Muscheln:

Die Muscheln gut waschen und in einem Topf mit kräftig sprudelndem Wasser ca. 4 Minuten zugedeckt kochen. Anschließend eine Pfanne mit Butter erhitzen und die Muscheln darin kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit der Gemüsesauce vermengen.

Für die Zucchini-Nudeln:

Die Zucchini mit einem Spiralschneider in Spiralen drehen, diese dann für 1-2 Minuten in der heißen Pfanne mit Butter schwenken.

Zucchini-Nudeln mit Miesmuschel-Sauce in tiefen Tellern anrichten und servieren.

Felix Schütte am 30. März 2017

Index

- Artischocke, 114
Aubergine, 104
Austern, 13, 31, 45
Avocado, 36, 40, 42, 50, 57, 64, 90, 101
- Blumenkohl, 108
Bohnen, 10, 101, 103
Brokkoli, 23, 101, 117
- Chicoree, 14
Couscous, 12, 62
- Erbsen, 30, 66, 82, 86, 87, 118
- Fenchel, 47
Fladenbrot, 30
- Garnelen, 4, 8, 11, 12, 23, 26, 28–32, 42, 50, 52, 64, 66, 67, 74, 76, 86, 102, 104, 107, 109, 114, 116–118, 120
Grünkohl, 4
Gratin, 43
Gurke, 5, 12, 20, 35, 37, 64, 69, 97, 101, 108
- Hummer, 16, 64, 70, 86, 109, 115, 119
- Jakobsmuscheln, 2, 8, 14, 15, 19, 39, 43, 45, 47–50, 53–64, 69, 73, 75–77, 84, 89, 102, 113
- Kürbis, 42, 58, 98
Kohlrabi, 48, 59, 63
Krabben, 40, 42, 53, 54, 65, 68, 71, 87, 112
Krebse, 18, 108
- Lauch, 61
Linsen, 48, 54, 55, 63, 94, 113
- Möhren, 8, 20, 21, 34, 45, 56, 67, 74, 80, 94, 101, 103, 106, 121
Meeresfrüchte, 66, 74–77, 109
Miesmuscheln, 37, 46, 66, 74, 77, 78, 80, 84, 86, 121
Muscheln, 40, 83
- Nudeln, 11, 17, 18, 26, 27, 34, 35, 44, 45, 72, 76, 88, 95, 96, 110, 114, 115
- Paella, 16, 66, 86, 87
Paprika, 1, 12, 20, 22, 24, 40, 44, 49, 67, 71, 73, 77, 84, 87, 96, 99, 100, 117, 121
Pastinaken, 34
Pilze, 9, 32, 41, 43, 45, 89
Polenta, 61, 91
Porree, 80, 91
- Radicchio, 97
Radieschen, 15, 19, 100
Ravioli, 18, 34, 70, 76, 91
Reis, 1, 6, 9, 16, 21, 22, 38, 39, 41, 43, 66, 68, 77, 83, 86, 87, 89, 97, 98, 100, 102, 107, 111, 116–120
Riesen-Garnelen, 1, 3, 9, 10, 16, 20–22, 24, 27, 34–39, 44, 60, 68, 77, 82–85, 87, 88, 90, 92–101, 103, 106, 111, 115
Rote-Bete, 34, 69
Rucola, 6, 36, 55, 59, 88, 107
- Saltimbocca, 52
Schoten, 5, 10, 11, 21, 29, 45, 53, 58, 67
Sellerie, 24, 41, 80, 103, 120, 121
Spargel, 43, 68, 84, 93, 111, 118
Spinat, 26, 39, 102, 112, 113
Spitzkohl, 32
- Teig-Taschen, 18, 26, 34, 76
Tintenfische, 5–7, 16, 17, 41, 52, 66, 86, 109
- Venusmuscheln, 16, 46, 66, 72, 75, 109, 110
- Zucchini, 2, 46, 62, 76, 81, 99, 117, 121