

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Cornelia Poletto**

**2022-2024**

**66 Rezepte**

---

<sup>1</sup>In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 26. Dezember 2024.

# Inhalt

Seeteufel-Ossobuco, Kaviar-Linsen, Guanciale-Salsa . . . . .	1
Seezungen-Filets auf Gem?se mit Moscato-Rosinen . . . . .	2
Minestrone verde . . . . .	3
Wolfsbarsch aus der Salzkruste . . . . .	4
Saibling mit Tagliolini in cremiger Fenchel-So?e . . . . .	5
Schwertfisch-Involtini mit Peperonata, Basilikum-?l . . . . .	6
Wolfsbarsch gebraten mit warmem Panzanella . . . . .	7
Gef?lltes Schollen-Filet im Schinken-Mantel . . . . .	8
Vitello tonnato al rovescio . . . . .	9
Skrei mit Blumenkohl-P?ree, Kohl-Gem?se, Kapern-Schaum . . . . .	10
Fisch-Frikadelle mit Kartoffel-Gurken-Salat . . . . .	11
Fish and Chips mit Sauce tartare . . . . .	12
Rotbarbe, Kartoffel-Oliven-Stampf und Bouillabaisse-Sud . . . . .	13
Bucatini mit Sardinen und Fenchel . . . . .	14
Saibling-'Tagliatelle' mit Stauden-Sellerie, Kr?uter-Sud . . . . .	15
Wolfsbarsch auf Fr?hling-Risotto mit Basilikum-Pesto . . . . .	16
Gebackene Stockfisch-B?llchen . . . . .	18
Skrei im Winter-Gem?se-Sud . . . . .	19
Gebackene Walnuss-K?se-Kartoffeln mit Waldpilz-Salat . . . . .	20
Topinambur mit braunen Champignons und Salat . . . . .	21
Spaghetti alla Nerano . . . . .	22
Wei?er Spargel-Risotto mit Brunnenkresse . . . . .	22
Pilz-Cannelloni mit Tr?ffel . . . . .	23
Steirisch-italienischer K?rbis-Risotto . . . . .	24
Parmesan-Tortellini mit jungem Blattspinat und Tr?ffel . . . . .	25

Rote-Bete-Risotto mit Gorgonzola-Creme, Walnusscrunch . . . . .	26
Toast Hawaii . . . . .	27
Spaghetti alla chitarra Cacio e Pepe . . . . .	28
Gemüse-Salat mit Enten-Brust . . . . .	29
Tagliatelle alla pollonara mit Hähnchen-Knusper . . . . .	30
Pizzoccheri alla Poletto . . . . .	31
Tagliatelle mit Hähnchen-Knusper und Babyspinat . . . . .	32
Wild-Bolognese mit Spaghetti, Parmesan, Haselnüssen . . . . .	33
Enten-Leber-Tramezzini, Radicchio trevisano, Chutney . . . . .	34
Kalb-Tafelspitz mit Pancetta-Kartoffeln . . . . .	35
Strozzapreti mit Lamm-Ragout und Artischocken . . . . .	36
Lamm-Ragout im Artischockenboden mit cremiger Polenta . . . . .	37
Lamm-Rücken mit Krüter-Kruste und Oliven-Jus . . . . .	39
Sommerlicher Salat mit Garnelen und Mango-Salsa . . . . .	41
Kalter Nudelsalat mit Flusskrebse, Zitronen-Vinaigrette . . . . .	42
Spaghetti al nero di seppia mit Calamaretti . . . . .	43
Shanghai-Salat mit Garnelen . . . . .	44
Fischer-Steak, Pfeffer-Soße, Babyspinat, Smashed Potatoes . . . . .	45
Tagliata vom Rind auf Rucola . . . . .	46
Saltimbocca mit Salsa verde, Kartoffel-Bohnen-Gemüse . . . . .	47
Entrecôte, Café-de-Paris-Butter-Soße, Spargel, Pommes . . . . .	48
Steak Wellington, Trüffel-Rahm-Soße, sautierter Spinat . . . . .	50
Salade niçoise . . . . .	51
Cocktail-Soße, Sauce tartare, Aioli . . . . .	52
Minestrone alla Poletto mit Scarmorza . . . . .	53
Maroni-Grog mit Schuss . . . . .	54
Pasta-Variationen . . . . .	55
Bloody Mary mit Parmesan . . . . .	56
Krabben-Cocktail mit Orangen-Fenchel-Salat . . . . .	57
Cordon bleu vom Hirschrücken mit Waldpilzen, Feldsalat . . . . .	58
Kaninchen-Tajine, grüne Oliven, Granatapfel-Couscous . . . . .	59
Pasta mit frischem Wildschwein-Ragout . . . . .	60

Kaninchen-Brotsalat mit Datterini-Tomaten . . . . .	61
Bison-Scheiben mit Vadouvan-Jus, Wok-Gemüse, Mousseline . . . . .	62
Boeuf Stroganoff vom Hirsch mit Pfeffer-Tagliatelle . . . . .	63
Wachtel al vino rosso mit Bohnen-Pfifferling-Gemüse . . . . .	64
Wilder Hotdog mit gemischten Waldpilzen und Rotkraut . . . . .	65
Pasta mit Salsiccia und weißen Bohnen . . . . .	66
Linguini mit Spargel-Carbonara und Tiroler Speck . . . . .	67
Pinsa tricolore mit Ricotta, grünem Spargel, Prosciutto . . . . .	68
Sauerkraut-Kipferl mit französischer Blutwurst . . . . .	69

<b>Index</b>	<b>70</b>
--------------	-----------



# Seeteufel-Ossobuco, Kaviar-Linsen, Guanciale-Salsa

## Für zwei Personen

### Für die Linsen:

100 g Belugalinsen	1 kleine Karotte	100 g Knollensellerie
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	300 ml Gemüsefond
alten Aceto Balsamico	10 Safranfäden	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für die Salsa:

80 g Guanciale	100 g Keniabohnen	4 halbtrock. Tomatenfilets
1 Williamsbirne	1 Schalotte	4 Walnüsse
2 EL Birnen-Balsamessig	2 EL Walnussöl	2 Zweige Bohnenkraut
Salz, Pfeffer, Eiswasser		

### Für den Seeteufel:

2 Seeteufelsteaks mit Knochen à 200 g	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	2 EL Olivenöl	Salzflocken, Salz

### Für das Kartoffelstroh:

1 mittelgroße Kartoffel	200 ml Pflanzenöl	Salz
-------------------------	-------------------	------

**Für die Linsen:** Die Linsen kalt abbrausen, im Gemüsefond mit dem Safran und 1 EL Olivenöl (ohne Zugabe von Salz!) aufkochen und in ca. 15 Minuten weich garen.

Schalotte und Knoblauch abziehen, Karotte und Sellerie schälen und alles in sehr feine Würfel schneiden. In einer Pfanne im übrigen Olivenöl anschwitzen und al dente garen. Die gegarten Linsen ohne Garflüssigkeit zugeben, durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und Balsamico abschmecken. Warmhalten.

**Für die Salsa:** Keniabohnen putzen und in kochendem Salzwasser blanchieren. In Eiswasser abschrecken, herausnehmen und in kleine Röllchen schneiden.

Guanciale in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne knusprig ausbraten. Auf Küchenkrepp geben.

Tomatenfilets in Streifen schneiden. Schalotte abziehen und fein würfeln.

Birne waschen, vierteln und entkernen. Die Viertel in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Walnüsse grob hacken. Schalottenwürfel in dem ausgelassenem Guancialefett glasig anschwitzen. Mit dem Essig ablöschen und mit dem Walnussöl verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die blanchierten Bohnen, die Birnenwürfel und die Walnüsse dazugeben. Bohnenkraut waschen, trockenschütteln, die Blättchen fein schneiden und mit den Tomatenfilets zur Salsa geben.

**Für den Seeteufel:** Seeteufelsteaks mit Olivenöl einstreichen und von beiden Seiten salzen und pfeffern. Eine Pfanne erhitzen und die Steaks mit Knoblauch und Kräutern von beiden Seiten bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten anbraten.

Aus der Pfanne nehmen, abdecken und ruhen lassen. Kurz vor dem Servieren mit Salzflocken bestreuen.

**Für das Kartoffelstroh:** Kartoffel schälen und in dünne Scheiben hobeln. Danach in dünne Streifen schneiden. Öl in einem flachen Topf auf ca. 180 Grad erhitzen.

Kartoffelstreifen im heißen Öl knusprig ausbacken, auf Küchenpapier entfetten und leicht salzen. Die Linsen in einem Ring mittig auf zwei vorgewärmten Tellern anrichten.

Die Seeteufelsteaks mit Salzflocken würzen und daraufsetzen. Mit der Salsa, der Guanciale und dem Kartoffelstroh ausgarnieren und sofort servieren.

Cornelia Poletto am 25. Oktober 2024

# Seezungen-Filets auf Gemüse mit Moscato-Rosinen

## Für zwei Personen

### Für die Seezunge:

3 Seezungenfilets à 100 g      Olivenöl      Meersalz, Pfeffer

### Für das Gemüse:

4 junge Möhren      2 Stangen Staudensellerie      4 Frühlingszwiebeln

4 Schalotten      1 Orange, Saft      100 ml Weißwein

Weißer Balsamico      60 ml Olivenöl      Meersalz, Pfeffer

### Für die Moscato-Rosinen:

2 EL Rosinen      100 ml Moscato d'Asti

### Für die Garnitur:

1 Friséesalat      2 EL Pinienkerne

### Für die Seezunge:

Die Seezungenfilets waschen, trockentupfen und in Stücke schneiden.

Seezungenfilets in Olivenöl goldgelb braten und mit M und Pfeffer würzen.

### Für das Gemüse:

Möhren und Staudensellerie schälen. Beides in gleich große Segmente von ca. 3 cm Länge schneiden. Schalotten abziehen und längs halbieren.

Olivenöl in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin anbraten. Salzen und pfeffern. Mit Weißwein und Orangensaft ablöschen. Alles aufkochen lassen und das Gemüse al dente garen. Fond durch ein Sieb passieren und sirupartig einkochen lassen. Frühlingszwiebeln waschen, in Segmente schneiden und in Olivenöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüse mit dem reduzierten Fond erhitzen und nochmals je nach Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen und etwas weißen Balsamico hinzugeben.

Wenn man mehrere Gemüsesorten gleichmäßig knackig al dente garen möchte, kann man vorher nachschauen, welches Gemüse am längsten braucht. Dieses kommt dann natürlich zuerst in den Topf.

### Für die Moscato-Rosinen:

Moscato d'Asti und Rosinen in einen Topf geben und aufkochen lassen.

Den Topf vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

### Für die Garnitur:

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Frisée als Garnitur verwenden.

Cornelia Poletto am 25. Oktober 2024

# Minestrone verde

## Für zwei Personen

### Für die Minestrone verde:

350 g TK-Erbsen	$\frac{1}{2}$ Zucchini	4 Stangen grüner Spargel
$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe	1 Schalotte
2 EL Butter	2 EL Crème-fraîche	400 ml Gemüsefond
1 Zweig Minze	Salz	Pfeffer

### Für die Wachteleier:

6 Wachteleier	3 Sch. Räucherlachs	3 TL Lachskaviar
---------------	---------------------	------------------

### Für die Minestrone verde:

Einen Esslöffel Butter in einem Topf zerlassen. Knoblauch und Schalotte abziehen, fein würfeln und in der Butter anschwitzen. 50 g der Erbsen für die Einlage zurückbehalten. Restliche Erbsen in den Topf geben, salzen und kurz im Topf schwenken. Mit Gemüsefond ablöschen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Spargel putzen und im unteren Drittel schälen. Anschließend in mungerechte Stücke schneiden. Zucchini halbieren und ebenfalls in gleichmäßige, mundgerechte Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln in feine Röllchen schneiden. Restliche Butter in einer Pfanne schmelzen und Spargel, Zucchini und Frühlingszwiebeln darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Minze abbrausen, trockenwedeln, fein schneiden und zum Gemüse geben. Das Gemüse als Suppeneinlage beiseite stellen.

Crème fraîche in die Suppe einrühren. Suppe pürieren und nach Belieben durch ein Sieb streichen. Abschließend nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für die Wachteleier:

Wachteleier für 3 Minuten wachweich kochen. Anschließend pellen und das obere Drittel Eiweiß abschneiden. Räucherlachs in Streifen schneiden und die gekochten und gepellten Eier damit vorsichtig umwickeln. Wachteleier mit etwas Forellenkaviar garnieren.

Das geschwenkte Gemüse in einen tiefen Teller geben, je einen Esslöffel Erbsen hinzugeben, Wachteleier auf das Gemüse setzen und mit der pürierten Suppe angießen und servieren.

Cornelia Poletto am 28. Juni 2024

# Wolfsbarsch aus der Salzkruste

## Für zwei Personen

1 Wolfsbarsch, entschuppt, 1 kg	$\frac{1}{2}$ Zitrone, ganze Frucht	4 Eier
3 Zweige glatte Petersilie	3 Zweige Estragon	3 Zweige Kerbel
3 Zweige Basilikum	2 EL Mehl	1 EL Stärke
1,5 kg grobes Meersalz		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Alle Flossen mit einer Schere abschneiden. Anschließend den Fisch mit Petersilie, Basilikum, Kerbel und Estragon füllen. Zwei Scheiben der Zitrone abschneiden und mit in den Fisch geben. Aus Meersalz, Eiern, Mehl und Stärke in einer Küchenmaschine eine Salzmasse anmischen.

Ggf. noch etwas Stärke und Mehl hinzugeben, wenn die Konsistenz zu flüssig ist. Ein Backblech mit dem Boden nach oben drehen und mit Alufolie auslegen. Einen Teil der Masse auf dem umgedrehten Backblech verteilen, Fisch darauf legen und Fisch mit der restlichen Masse gleichmäßig und mit Hilfe einer Teigkarte komplett eindecken.

Fisch im Salzmantel im Ofen für 25-30 Minuten garen. Je nach Größe des Fisches kann die Garzeit variieren! Anschließend aus dem Ofen nehmen, Salzkruste aufbrechen und Fischfilets auslösen.

Cornelia Poletto am 27. Juni 2024

# Saibling mit Tagliolini in cremiger Fenchel-Soße

## Für zwei Personen

### Für die Taglioli:

2 Eier	150 g Semola	75 g Mehl
1 Prise Salz	10 schwarze Pfefferkörner	

### Für die Fenchelsauce:

$\frac{1}{2}$ kleine Fenchelknolle	1 Schalotte	50 g kalte Butter
2 EL Crème-fraîche	60 ml Weißwein	2 cl Wermut
200 ml Fischfond	Salz, Pfeffer	

### Für den konfierten Saibling:

2 Saiblingsfilets à 150 g	1 Zitrone	2 Zweige Thymian
100 ml Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Meersalz-Flocken	

### Für die Garnitur:

80 g geräuch. Saibling	2 EL Saiblingskaviar	$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch
------------------------	----------------------	---------------------------------

### Für die Taglioli:

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Semola und Mehl mischen, auf die Arbeitsfläche sieben und eine Mulde in die Mitte drücken. Pfefferkörner in einem Mörser grob mörsern. Eier in die Mulde schlagen, Pfefferkörner und Salz zufügen. Zutaten mit den Händen zu einem glatten und geschmeidigen Teig kneten. Mit Hilfe einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz zu dünnen Bahnen ausrollen.

Bahnen mit einem Messer in feine Streifen schneiden oder mit Hilfe einer Chitarra schneiden. Teigstreifen wie Nester geformt, locker auf mit Semola bestäubtes Backpapier geben. In reichlich siedendem Salzwasser 2-3 Minuten al dente garen. Anschließend abgießen und zur Sauce geben.

### Für die Fenchelsauce:

Schalotte abziehen und sehr fein würfeln. Fenchel putzen und ebenfalls fein würfeln. Grün als Garnitur zur Seite legen. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten- und Fenchelwürfel zugeben und darin glasig anschwitzen. Weißwein und Wermut angießen und um zwei Drittel einkochen. Fischfond angießen und um die Hälfte einkochen lassen.

Dann Crème fraîche einrühren, restliche Butter würfeln und einmontieren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für den konfierten Saibling:

Zitrone heiß abwaschen und in Scheiben schneiden. Fischfilets nebeneinander mit zwei Zitronenscheiben darauf und Thymian in eine kleine ofenfeste Form legen. Olivenöl angießen, bis sie bedeckt sind. Im vorgeheizten Ofen etwa 10 Minuten glasig garen, dann Haut abziehen und von beiden Seiten mit Salt Flakes würzen.

### Für die Garnitur:

Saibling in kleine Würfel schneiden. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden.

Tagliolini in der Sauce schwenken, geräucherten Saibling und Schnittlauch unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf zwei vorgewärmten tiefen Tellern anrichten, konfierten Saibling daraufsetzen und mit dem Saiblingskaviar garnieren.

Cornelia Poletto am 22. Dezember 2023

# Schwertfisch-Involtini mit Peperonata, Basilikum-Öl

## Für zwei Personen

### Für die Involtini:

2 Schwertfisch-Steaks	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
6 getrock. Öl-Tomatenfilet	80 g Mozzarella	4 Zweige Basilikum
4 Schnittlauchhalme	Olivenöl, Meersalz	Piment d'Espelette

### Für die Peperonata:

1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote	2 Roma-Tomaten
4 Frühlingszwiebeln	1 kleine rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
4 grüne, Oliven	1 EL Kapern Nonpareilles	12 Basilikumblätter
10 Estragonblätter	2 EL bestes Olivenöl	Piment d'Espelette
Meersalz		

<b>Für das Öl:</b>	1 Bund Basilikum	150 ml Pflanzenöl
--------------------	------------------	-------------------

### Für die Fertigstellung:

Salt Flakes	Piment d'Espelette	Basilikumblättchen
-------------	--------------------	--------------------

**Für die Involtini:** Den Backofen auf 75 Grad Umluft vorheizen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit dem Olivenöl bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen, aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Schnittlauchhalme blanchieren und kalt abschrecken.

Tomatenfilets abtropfen lassen und fein hacken. Mozzarella ebenfalls fein würfeln. Basilikumblättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden.

Alle Zutaten vermischen und mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

Die Schwertfisch-Steaks zwischen Backpapier leicht plattieren und dünn mit der Tomaten-Mozzarella-Mischung bestreichen. Zu Involtini aufrollen und mit den Schnittlauchhalmen zusammenbinden. Mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Eine Pfanne erhitzen, die Involtini im Olivenöl von allen Seiten gleichmäßig anbraten. Bei 75 Grad im Backofen 10-15 Minuten garen.

**Für die Peperonata:** Paprikaschoten vierteln, entkernen und im vorgeheizten Ofen (Grillstufe) mit Oberhitze grillen, bis die Paprika schwarz ist. Mit einem feuchten Küchentuch abdecken und auskühlen lassen. Die Haut abziehen und die Paprika in Segmente schneiden. Tomaten häuten, vierteln, entkernen und in Segmente schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Knoblauchzehe abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Oliven in kleine Würfel schneiden. Basilikum- und Estragonblätter fein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln mit dem Knoblauch anschwitzen, mit Salz und Piment d'Espelette würzen. Die Paprika- und Tomatensegmente zufügen und alles ca. 5 Minuten schmoren lassen.

Kapern, Oliven und Kräuter dazu geben und mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

**Für das Öl:** Basilikum waschen, trockenschleudern und fein schneiden. Mit dem Öl in einen Topf geben, auf 60 Grad erhitzen und 15 Minuten ziehen lassen. Im Standmixer fein pürieren, durch ein Tuch passieren und auskühlen lassen.

**Für die Fertigstellung:** Die Involtini aus dem Ofen nehmen und mit Salt Flakes und Piment d'Espelette würzen. Schräg halbieren.

Peperonata auf vorgewärmte Teller anrichten und die Involtini darauflegen. Mit dem Basilikumöl und Basilikumblättchen fertig stellen.

Cornelia Poletto am 02. August 2023

# Wolfsbarsch gebraten mit warmem Panzanella

## Für zwei Personen

### Für den Wolfsbarsch:

2 Wolfsbarsch mit Haut, à 150 g	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Thymian
Olivenöl	Meersalz	Piment d'Espelette

### Für den Panzanella:

4 Scheiben Baguette	200 g Kirschtomaten	50 g getrock. Öl-Tomaten
50 g halbgetroc. Kirschtomaten	$\frac{1}{2}$ Bund Babyspinat	4 Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen	1 Chilischote	100 ml Tomatensauce
1 EL Taggiasca-Oliven	2 Zweige Basilikum	2 Zweige Estragon
Olivenöl	Salz	

### Für den Wolfsbarsch:

Die Gräten vom Fisch entfernen und auf der Hautseite leicht anritzen.

Leicht salzen und auf der Hautseite in Öl maximal 3-4 Minuten kross anbraten und die Temperatur reduzieren. Thymian und angeprügelte Knoblauchzehe dazugeben. Mit Salt Flakes und Piment despelette würzen.

### Für den Panzanella:

Baguette in Scheiben schneiden. Pfanne erhitzen und Olivenöl hineingeben. Baguettescheiben darin rösten und wenden. Mit der angeprügelten Knoblauchzehe die Scheiben einreiben und anschließend in Croûtons klein schneiden.

Frühlingszwiebeln putzen und klein schneiden. Olivenöl in die Pfanne geben und Frühlingszwiebeln hinzufügen. Knoblauch abziehen, in dünne Scheiben schneiden und dazugeben. Etwas Chili hacken, mit in die Pfanne geben. Kirschtomaten halbieren, dazugeben und salzen. Alles durchschwenken. Getrocknete Tomaten in Öl und halbgetrocknete Kirschtomaten klein schneiden, Oliven halbieren und zusammen mit der Tomatensauce hinzufügen. Basilikum- und Estragonblättern abzupften, grob hacken, zugeben und noch einmal durchschwenken. Bei Bedarf Babyspinat dazugeben.

Warmen Panzanella auf Tellern anrichten, den Fisch darauf setzen und die Croûtons dazwischen geben. Olivenöl drum herum träufeln und servieren.

Cornelia Poletto am 09. Juni 2023

# Gefülltes Schollen-Filet im Schinken-Mantel

## Für zwei Personen

### Für den Fisch:

4 Schollenfilets	4 Sch. Tiroler Schinkenspeck	3 Schalotten
4-5 Halme Schnittlauch	6 Zweige Thymian	Olivenöl, Meersalz, Pfeffer

### Für Kartoffeln, Keniabohnen:

200 g Keniabohnen	2 große, festk. Kartoffeln	10 Kirschtomaten
4 Zweige Bohnenkraut	2 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer, Eiswasser

### Für Zitronen-Beurre-blanc:

1 Schalotte	1 Zitrone, (Saft, Abrieb)	125 g kalte Butterwürfel
100 ml Weißwein	2 Zweige Zitronen-Thymian	Salz, weißer Pfeffer

### Für den Fisch:

Den Backofen auf 60 Grad vorheizen.

Schollenfilets kalt abbrausen und mit Küchenkrepp trockentupfen.

Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. Thymianblättchen abzupfen und fein schneiden.

1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Schalottenwürfel darin glasig anschwitzen und mit Thymianblättchen, Salz und Pfeffer abschmecken.

Schalotten-Mischung aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen. Danach auf 2 Fischfilets verteilen und mit den letzten 2 Filets bedecken. Mit je 2 Scheiben Schinkenspeck einwickeln. Die Schnittlauchhalme mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken und die Fischfilets damit an 2-3 Stellen zusammenbinden. In einer Pfanne in Olivenöl knusprig braten und je nach Dicke im Ofen bei 120 Grad 3-5 Minuten fertig garen.

### Für Kartoffelwürfel, Keniabohnen:

Kartoffeln schälen und in ca. 0,5x0,5 cm große Würfel schneiden. In Olivenöl von allen Seiten knusprig anbraten.

Die Enden der Keniabohnen entfernen und die Bohnen in ca. 0,5 cm lange Röllchen schneiden. In kochendem Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und mit Küchenpapier trocken tupfen. Mit den Kirschtomaten zu den knusprigen Kartoffelwürfeln geben.

Die Blätter der Bohnenkrautweige abzupfen, fein schneiden und dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für die Zitronen-Beurre-blanc:

Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Schalotte abziehen, fein würfeln und mit Weißwein in einen Topf geben. Fast komplett einkochen lassen. Die kalten Butterwürfel nach und nach einrühren. Mit Zitronensaft und Abrieb sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Alles durch ein feines Sieb passieren und nicht mehr zu heiß werden lassen. Thymianblättchen abzupfen und zum Schluss in die Sauce rühren.

Gemüse mit Hilfe eines Metallringes auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Die Fischfilets schräg halbieren und daran setzen. Mit der Zitronen-Beurre-blanc zusammen servieren.

Cornelia Poletto am 05. Mai 2023

# Vitello tonnato al rovescio

## **Für zwei Personen**

### **Für Kalbfleischsauce:**

120 g gekochtes Kalbfleisch	4 getrock. Öl-Tomaten	1 TL Kapern
1 Sardellenfilet in Olivenöl	1 Limette, davon Saft	2 Eier
100 ml Kalbsfond	200 ml Neutrales Pflanzenöl	Meersalz, Pfeffer

### **Für die Garnitur:**

4 Kapernäpfel	6 Halme Schnittlauch
---------------	----------------------

### **Für Kalbfleischsauce:**

Die Eier mit Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß mit Pürierstab aufmixen. Öl zuerst tropfenweise, dann im dünnen Strahl zugeben, dabei weitermixen bis eine Mayonnaise entstanden ist. Kalbfleisch und getrocknete Tomaten fein würfeln. Beides in einem Standmixer mit dem Öl der Tomaten, Kapern, Sardellenfilet, etwas Kalbsfond und Pfeffer pürieren. Anschließend mit Mayonnaise zu einer Sauce vermengen. Limette halbieren und Saft auspressen. Mit Limettensaft abschmecken.

### **Für den Thunfisch:**

400 g Thunfischfilet, Sushi-Qualität Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle . Thunfisch evtl. anfrieren, dann in dünne Scheiben schneiden und zwischen Frischhaltefolie leicht plattieren. Auf Tellern auslegen, salzen und Pfeffern.

### **Für die Garnitur:**

Kapernäpfel vierteln. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden. Beides über das Gericht geben.

Cornelia Poletto am 31. März 2023

# Skrei mit Blumenkohl-Püree, Kohl-Gemüse, Kapern-Schaum

**Für zwei Personen**

**Für den Kapernschaum:**

1 EL Kapern (Glas)	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Limette	80 ml Sahne	1 EL Butter
100 ml Weißwein	50 ml Wermut	150 ml Geflügelfond
Salz		

**Für das Blumenkohlpuée:**

250 g Blumenkohl	120 ml Milch	120 ml Schlagsahne
20 g Butter	Salz	

**Für das Kohlgemüse:**

$\frac{1}{2}$ kleinen Blumenkohl	$\frac{1}{2}$ kleinen Romanesco	1 EL Butter
4 Zweige Petersilie	Meersalz	Pfeffer

**Für den Skrei:**

2 Skreifilets mit Haut à 200 g	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Thymian
Olivenöl	Salz	

**Für die Garnitur:**

4 Kapernäpfel	Pflanzenöl	Salzflakes
---------------	------------	------------

**Für den Kapernschaum:** Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Limette filetieren. Schalotte und Knoblauch abziehen und in feine Streifen schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch, Kapern und Limettenfilets darin anschwitzen. Mit Wermut und Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Fond und Sahne angießen, aufkochen und auf 2/3 einkochen lassen. Sauce mit einem Stabmixer mixen und durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz und Kapernsaft abschmecken.

**Für das Blumenkohlpuée:** Blumenkohl waschen und Röschen abtrennen. Butter in einem Topf schmelzen und leicht bräunen lassen. Blumenkohl mit Milch und Sahne in einen großen Topf geben und etwa 25 Minuten köcheln lassen, bis Blumenkohl gar ist. Blumenkohl mit etwas Kochflüssigkeit im Standmixer fein pürieren, nach Bedarf noch etwas mehr von der Flüssigkeit zugeben und mit der braunen Butter und Salz abschmecken.

**Für das Kohlgemüse:** Blumenkohl- und Romanescoröschen waschen und getrennt in reichlich gesalzenem, kochendem Wasser bissfest blanchieren. Der Romanesco benötigt etwa 3 Minuten länger. In gesalzenem Eiswasser abschrecken.

Petersilie abrausen, trockenschütteln und die Blättchen fein schneiden.

Kohlröschen trockentupfen und in einer Pfanne mit schäumender Butter goldbraun braten. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

**Für den Skrei:** Skreifilets kalt abrausen und trockentupfen. Von beiden Seiten salzen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Fisch darin zuerst auf der Fleischseite anbraten. Wenden, Thymian dazu geben und im vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten fertig garen.

**Für die Garnitur:** Saltflakes nutzen, um Skrei vor dem Servieren zu würzen.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Kapernäpfel darin frittieren. Vor dem Servieren Gericht damit garnieren.

Cornelia Poletto am 31. März 2023

# Fisch-Frikadelle mit Kartoffel-Gurken-Salat

Sören Anders

**Für 4 Personen:**

**Für den Kartoffelsalat:**

700 g Kartoffeln, vorw. festk.	Salz	150 ml Gemüsebrühe
Pfeffer	1/2 Salatgurke	1 Apfel, säuerlich
125 g Mayonnaise	75 g Natur-Joghurt	1 TL Meerrettich (naturscharf;
2 TL Senf	1/2 Bund Dill	

**Für die Frikadellen:**

500 g festes Fischfilet	1 Zwiebel	3 EL Pflanzenöl
1/2 Zitrone (Schale, Saft)	50 g Sahne (gut gekühlt)	1/2 Bund Dill
1 Eigelb	5 EL Semmelbrösel	1 TL Meerrettich
1 EL Senf	Salz, Pfeffer	1 EL Butter

Kartoffeln gründlich waschen, mit leicht gesalzenem Wasser bedeckt aufkochen und ca. 20 Minuten zugedeckt garen.

Eventuell noch vorhandene Gräten aus dem Fischfilet sorgfältig entfernen.

Fischfilet kalt waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Fischwürfel zur besseren Verarbeitung nach Belieben zugedeckt kurz anfrieren, bzw. kühl stellen.

Kartoffeln abgießen, etwas abkühlen lassen und pellen.

Kartoffeln in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.

Brühe einmal kurz aufkochen, über die Kartoffeln gießen. Alles gründlich vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt mindestens handwarm auskühlen lassen. Währenddessen gelegentlich vorsichtig durchrühren.

Für die Frikadellen Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.

In einer kleinen Pfanne 1 EL Öl erhitzen, Zwiebelwürfel darin sacht goldbraun braten. Auskühlen lassen.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und Saft auspressen.

Gut gekühlte Fischwürfel, Zitronenschale und Sahne portionsweise in einen Mixer mit Pulse-/Intervallfunktion geben und kurz nicht zu fein mixen. Masse in eine Schüssel geben.

Gesamten Dill abbrausen, trocken schütteln und fein hacken.

Eigelb, 3 EL Semmelbrösel, Meerrettich, Senf und die Hälfte vom Dill zur Fischmasse geben und alles gründlich vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

Aus der Masse mit leicht angefeuchteten Händen Frikadellen formen, zugedeckt kühl stellen und ca. 20 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen für den Kartoffelsalat Gurke waschen, trockenreiben und in feine Würfel schneiden.

Apfel ggf. waschen, trockenreiben bzw. schälen, entkernen und ebenfalls fein würfeln.

Für das Dressing Mayonnaise, Joghurt, Salz, Pfeffer, Meerrettich und Senf in einer Schüssel verrühren.

Kartoffeln, Gurke und Apfelwürfel unter das Dressing mischen.

Restlichen Dill unter den Kartoffelsalat mischen. Salat nochmals abschmecken.

Die Frikadellen im restlichen Paniermehl wenden.

Restliches Öl und Butter in einer beschichteten weiten Pfanne erhitzen.

Frikadellen darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten jeweils etwa 3 Minuten goldbraun und knusprig braten.

Kartoffelsalat und Fisch-Frikadellen anrichten.

Cornelia Poletto am 03. März 2023

# Fish and Chips mit Sauce tartare

**Für zwei Personen**

**Für Fish and Chips:**

4 Kabeljaufilets                      2 große Kartoffeln                      Öl, Salz

**Für die Sauce tartare:**

6 Cornichons                      1 EL Kapern nonpareilles                      1 Zitrone, (Saft, Abrieb)

1 Ei                      2 hart gekochte Eier                      1 TL Dijonsenf

1 Bund Schnittlauch                       $\frac{1}{2}$  Bund glatte Petersilie                      100 ml Rapsöl

Salz, Pfeffer

**Für Fish and Chips:**

Den Fisch kalt abbrausen und mit Küchenrolle trockentupfen. Leicht salzen und auf das Fischfilet legen.

Kartoffeln schälen und längs in hauchdünne Scheiben hobeln. Die Kartoffelscheiben fächerartig nebeneinanderlegen und die Fischfiletstücke darin einpacken. Päckchen mit Holzspießen fixieren. Eine Pfanne erhitzen, das Öl zugeben und die Fischfilets darin von jeder Seite 2-4 Minuten goldbraun braten. Alternativ die Fischfilets in einer Fritteuse ausbacken.

**Für die Sauce tartare:**

2 Eier hart kochen.

Ganzes, rohes Ei und Senf in einen Rührbecher geben und mit einem Stabmixer aufschlagen. Das Öl zuerst tropfenweise, dann in dünnen Strahl zugeben, dabei weitermixen.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Petersilie hacken. Cornichons in sehr feine Würfel schneiden. Kapern fein hacken. Gekochte Eier mit einem Eierschneider oder mit der Hand in feine Streifen schneiden und klein hacken. Schnittlauch, Cornichons, Kapern und Eier in die fertige Mayonnaise geben und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und -abrieb abschmecken. Außerdem etwas Gurken- und Kapernwasser hinzugeben.

Cornelia Poletto am 02. März 2023

# Rotbarbe, Kartoffel-Oliven-Stampf und Bouillabaisse-Sud

**Für zwei Personen**

**Für den Kartoffel-Olivenstampf:**

300 g kl., festk. Kartoffeln	40 g grüne Oliven	1 Zitrone
2 Zweige Basilikum	2 Zweige glatte Petersilie	4 EL Olivenöl
Meersalz	Pfeffer	

**Für den Bouillabaisse-Sud:**

1 Zwiebel	1 rote Paprika	1 Fenchelknolle
100 g Kirschtomaten	50 g Queller	1 Knoblauchzehe
1 kl. rote Chilischote	5 Safranfäden	1 TL Tomatenmark
100 ml trockener Weißwein	50 ml Pernod	50 ml Wermut
400 ml Fischfond	2 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

**Für die gefüllten Rotbarben:**

2 küchenfertige Rotbarben	1 EL getrock. Öl-Tomaten	1 EL Pimentos in Öl
6 Halme Schnittlauch	1 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

**Für den Kartoffel-Olivenstampf:**

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln schälen und waschen. In kochendem Salzwasser 15 Minuten garen. Oliven in feine Stifte schneiden. Basilikum und Petersilie abbrausen und trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein schneiden.

Kartoffeln abgießen und etwas ausdampfen lassen. Eine Pfanne erhitzen und Kartoffeln mit 2 EL Olivenöl darin rundum kurz anbraten. Dann mit Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Übriges Olivenöl, Oliven und Kräuter unterheben. Zitrone waschen, Schale abreiben, halbieren und den Saft auspressen. Stampf mit Zitronensaft und -abrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für den Bouillabaisse-Sud:**

Gemüse und Kräuter waschen und trockentupfen. Die Zwiebel abziehen halbieren und in feine Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Chilischote längs halbieren, entkernen und fein schneiden.

Paprika vom Kerngehäuse befreien, Schale mithilfe eines Sparschälers entfernen und Paprikafilets in schmale, lange Streifen schneiden. Fenchel halbieren, Strunk und Grün entfernen und in feine Streifen schneiden.

Kirschtomaten halbieren. Einen flachen Topf erhitzen. Olivenöl zugeben und Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Fenchel, Paprika und Safran dazu geben und mit anschwitzen. Tomatenmark unterrühren und mit Weißwein, Pernod und Wermut ablöschen. Um die Hälfte einkochen lassen (ohne Deckel). Mit Fischfond auffüllen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Kurz vor Fertigstellung die halbierten Kirschtomaten und die Queller zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die gefüllten Rotbarben:**

Rotbarben waschen und trockentupfen. Vorsichtig von beiden Seiten filetieren und die Mittelgräte entfernen, so dass die Rotbarbenfilets nicht zerfallen und am Schwanzende miteinander verbunden bleiben.

Bauchlappen und Gräten entfernen.

Getrocknete Tomaten und Pimentos in einem Sieb abtropfen lassen. In ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer fein mixen.

Rotbarbenfilets dünn mit der Tomaten-Paprika-Paste bestreichen.

Schnittlauch in Bouillabaisse-Sud oder im Kartoffelwasser kurz blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Bestrichene Rotbarbenfilets wieder aufeinander legen und mit je 3 Schnittlauchhalmen zusammenbinden. Eine Pfanne erhitzen. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in der

Pfanne mit Olivenöl von jeder Seite bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten anbraten. Anschließend auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene 34 Minuten garen. Die Rotbarbenfilets aus dem Ofen nehmen. Kartoffelstampf auf 2 vorgewärmten Tellern anrichten. Bouillabaisse-Sud angießen und die Rotbarbe darauf drapieren.

Cornelia Poletto am 15. Juli 2022

## Bucatini mit Sardinen und Fenchel

### Für zwei Personen

250 g Bucatini	4 Sardinenfilets, mit Haut	1 Fenchelknolle
2 Knoblauchzehen	1 Zitrone	25 g Rosinen
25 g Pinienkerne	3 Zweige glatte Petersilie	50 cl Weißwein
Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Semmelbrösel:

30 g Semmelbrösel	50 g Parmesan oder Pecorino	Olivenöl
-------------------	-----------------------------	----------

Die Bucatini in reichlich siedendem Salzwasser al dente garen.

Knoblauchzehen abziehen und in feine Scheiben schneiden. Fenchel waschen, Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Beides in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Rosinen dazu geben. Sardinenfilets abwaschen und trockentupfen. Auf der Hautseite salzen und pfeffern und auf der Hautseite in die Pfanne zum Fenchel geben. Fisch nach ca. 5 Minuten wenden und alles mit Weißwein ablöschen. Etwas Einreduzieren lassen und dann von der heißen Herdplatte nehmen und ziehen lassen. Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Bucatini, wenn sie al dente sind, in die Pfanne mit dem Fenchel und den Sardinen geben. Nochmals kurz aufkochen lassen. Zitrone waschen, etwas Schale abreiben und über die Nudeln geben. Mit Pfeffer würzen und mit Petersilie bestreuen. Alles zusammen durchschwenken.

### Für die Semmelbrösel:

Semmelbrösel in einer Pfanne mit reichlich Olivenöl goldbraun werden lassen. Kurz abkühlen lassen und währenddessen Parmesan reiben.

Semmelbrösel in ein Schüsselchen geben und mit geriebenem Parmesan vermischen. Kurz vorm Servieren Parmesan-Semmelbrösel über die Bucatini geben.

Cornelia Poletto am 14. Juli 2022

# Saibling- 'Tagliatelle' mit Stauden-Sellerie, Kräuter-Sud

## Für vier Personen

### Für den Kräuter-Sud:

4 Zweige Estragon	4 Zweige glatte Petersilie	4 Zweige Basilikum
1 Bund Schnittlauch	150 ml Pflanzenöl	Reisessig
Salz	Pfeffer	

### Für die Tagliatelle:

200 g Saiblingsfilet, ohne Haut	½ Granny Smith Apfel	2 St. Staudensellerie
1 Zitrone	6 Halme Schnittlauch	1 EL Zitronen-Öl
Salz	Pfeffer	

### Für die Garnitur:

Kresse	Saiblingskaviar
--------	-----------------

### Für den Kräuter-Sud:

Die Kräuter waschen und grob zerkleinern. Das Öl im Topf auf 60 Grad erwärmen, die Kräuter hinzugeben und darin ziehen lassen. Danach in den Standmixer füllen und etwas zerkleinern. Durch ein feines Sieb passieren und in Schüsseln abtropfen lassen. Mit Reisessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss über die Saiblings-Tagliatelle träufeln.

### Für die Tagliatelle:

Fisch mit kaltem Wasser abwaschen, trockentupfen und längs in Streifen Tagliatelle schneiden. Zitronenabrieb und etwas Saft hinzugeben, mit Zitronen-Öl vermengen und mit dem Fisch verrühren.

Apfel waschen, entkernen und würfeln.

Staudensellerie waschen, trockentupfen, schälen, die Fäden ziehen und würfeln. Saiblingsstreifen mit dem Apfel und Staudensellerie in eine Schüssel geben. Beides zum Fisch dazugeben.

Schnittlauch hacken und in die Schüssel geben. Mit etwas Zitronensaft Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für die Garnitur:

Beides für die Garnitur nutzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Kresse und Saiblingskaviar garnieren und servieren.

Cornelia Poletto am 16. Juni 2022

# Wolfsbarsch auf Frühling-Risotto mit Basilikum-Pesto

## Für zwei Personen

### Für den Fisch:

2 Filets vom	Wolfsbarsch mit Haut, à ca. 180 g	1 Knoblauchzehe
1 TL Butter	2 Zweige Thymian	2 EL bestes Olivenöl
Pink Salt Flakes	Salz	Pfeffer

### Für das Risotto:

180 g Carnaroli-Reis	300 g frische Gartengemüse	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	20 g Butter	50 ml Weißwein
ca. 1 L Gemüsefond	Eiswasser	

### Für das Pesto:

50 g Basilikum	1 Knoblauchzehe	20 g Pinienkerne
30 g Parmesan	70 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für die Fertigstellung:

80 g Parmesan	40 g Butter	4 Zweige glatte Petersilie
1 Zweig Thymian	1 Zweig Minze	Salz, Pfeffer

### Für den Fisch:

Die Fischfilets trockentupfen, die Haut einritzen und die Filets mit Salz würzen. Olivenöl in eine heiße Pfanne geben. Die trockengetupften Fischfilets auf der eingeritzten Hautseite darin knusprig braten. Je nach Dicke des Filets für ca. 1-2 Minuten auf der einen Seite braten, danach wenden. Nach dem Wenden Butter, Knoblauchzehe und Thymian hinzugeben. Nach erneuten 1-2 Minuten Bratzeit mit Pink Salt Flakes und Pfeffer würzen und die Filets aus der Pfanne nehmen.

Ist der Fisch frisch, zieht er sich beim Braten in der Pfanne schnell zusammen. Um dies zu vermeiden, sollten Sie die Hautseite des Fisches vor dem Braten leicht einritzen.

### Für das Risotto:

Gemüse waschen und putzen. Gemüse würfeln oder in Segmente schneiden. Die eine Hälfte der Gemüse für den Risottoansatz verwenden, die andere Hälfte in kochendem Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und beiseitestellen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Schalotten- und Knoblauchwürfel in der schäumenden Butter in einem Topf glasig anschwitzen. Die rohen Gemüsewürfel dazugeben und kurz mit anschwitzen. Den Risottoreis ungewaschen dazugeben und mit anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen.

In der Zwischenzeit Gemüsefond aufkochen. Den Reis mit heißem Gemüsefond aufgießen, sodass dieser gerade bedeckt ist. Alles bei schwacher Hitze offen köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit komplett aufgenommen hat. Erneut Gemüsefond angießen und das Risotto dabei durchrühren. So weiterverfahren, bis der Reis nach 25 Minuten al dente gegart ist.

Risotto-Reis sollten Sie immer ungewaschen verarbeitet, denn die Reisstärke, die an den Körnern haftet, verleiht dem Risotto von Beginn an eine leichte Bindung und Cremigkeit.

Außerdem ist es bei einem Risotto wichtig, dass es immer mit heißem Fond aufgegossen wird, damit der Garvorgang nicht unterbrochen wird.

### Für das Pesto:

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, die Blätter von den Stielen befreien und fein schneiden.

Basilikum, Pinienkerne und etwas Öl in einem Mörser fein zerreiben.

Soviel Öl unterrühren, bis das Pesto die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Parmesan reiben und zufügen, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Knoblauch mit einem Messerrücken andrücken, abziehen und in das Pesto geben. Bis zum Servieren darin ziehen lassen.

**Für die Fertigstellung:**

Die beiseitegestellten Gemüse in 20 g schäumender Butter erwärmen, salzen und pfeffern. Parmesan reiben. Das Risotto vom Herd nehmen und mit Salz, Pfeffer, der restlichen Butter und dem geriebenem Parmesan abschmecken.

Petersilie, Thymian und Minze abbrausen und trockenwedeln. Thymian und Minzblättchen von den Stielen zupfen. Dann von der Petersilie etwa 1 Esslöffel und vom Thymian und der Minze jeweils 1 Teelöffel fein hacken. Die gehackten Kräuter unter das Risotto heben.

Das Risotto auf vorgewärmten Tellern anrichten, die Fischfilets darauf gehen. Die Gemüse hübsch darum anrichten und mit Pesto fertig stellen.

Cornelia Poletto am 11. März 2022

# Gebackene Stockfisch-Bällchen

## Für zwei Personen

### Für die Fischmasse (15 Bällchen):

125 g Bacalhau (Trockenfisch)	2 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
500 ml Milch	1 rote Zwiebel	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für die Kartoffelmasse:

125 g Kartoffeln	Salz
------------------	------

### Für die Brandmasse:

150 g Mehl	150 ml Milch	50 g Butter
1 Zitrone	Salz	Muskatnuss

### Zur Fertigstellung der Bällchen:

1 EL Garam Masala	1 Zitrone	Pflanzenöl
Salz		

## Für die Fischmasse (15 Bällchen):

Den Trockenfisch bitte 2 Tage wässern.

Für die Acras eine Fischmasse, Kartoffelmasse und Brandmasse herstellen.

Für die Fischmasse eine Knoblauchzehe abziehen, klein schneiden und mit Bacalhau und Lorbeerblatt ca. 30 Minuten in Milch bei mittlerer Hitze gar köcheln. Der Fisch sollte dann fast zerkoht sein. Anschließend aus der Milch nehmen, Haut und Gräten entfernen und in kleine Teile zerdrücken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die heiße Milch bereitstellen.

Rote Zwiebel und die zweite Knoblauchzehe schälen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch sowie Zwiebel darin glasig dünsten. Mit 200 ml der Kochmilch ablöschen.

Bacalhau zugeben und unter Rühren mit einem Kochlöffel schmoren lassen, bis der Fisch zerfallen und die Milch reduziert ist.

Beim Bacalau (Stockfisch) handelt es sich um einen getrockneten und gesalzenen Kabeljau.

### Für die Kartoffelmasse:

Kartoffeln schälen, in ca. 1 cm große Würfel schneiden und in kochendem Salzwasser garen. Abgießen, ausdämpfen und vollständig auskühlen lassen. Mit einer Kartoffelpresse zerquetschen und die Kartoffelmasse mit der Fischmasse gut vermengen.

### Für die Brandmasse:

100 ml Wasser mit Milch, Butter, Salz und Muskat in einen Topf geben.

Zitronenschale abreiben und einen halben TL Zitronenabrieb dazugeben.

Alles zusammen im Topf aufkochen. Mehl unterrühren und die Masse kräftig Rühren bis sich diese als Klumpen vom Boden lösen. Sobald sich eine weiße Schicht am Boden bildet, den Topf vom Herd nehmen.

### Zur Fertigstellung der Bällchen:

Fischmasse und Kartoffelmasse nun unter den Brandteig rühren. Zitrone auspressen und die Masse mit 1 EL Zitronensaft, Salz und Garam Masala abschmecken. Mit einem Eisportionierer portionieren oder alternativ 2 Löffel in heißes Wasser geben und damit die Masse zu Nocken formen.

Öl in einem Topf auf ca. 170 Grad erhitzen und die Acras goldgelb in Öl ausbacken. Mit einer Schaumkelle entnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 21. Januar 2022

## Skrei im Winter-Gemüse-Sud

### Für zwei Personen

#### Für den Wintergemüse-Sud:

1 Stange Staudensellerie	1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 cm Ingwer	100 ml passierte Tomaten	100 ml Gemüsefond
100 ml Weißwein	100 ml französischer Wermut	100 ml Apfelsaft
2 Lorbeerblätter	2 Sternanis	½ TL Fenchelsamen
Olivenöl	Piment-d´Espelette	Salz

#### Für das Gemüse:

1 Topinambur	1 Möhre	1 rote Zwiebel
1 Spitzpaprika	½ Fenchelknolle	1 Stange Staudensellerie
10 Blumenkohlröschen	10 Romanescoröschen	Basilikumblätter
Zitronenöl	Olivenöl	

#### Für den Skrei (Winterkabeljau):

300 g Winterkabeljau mit Haut	Polenta	Olivenöl
Fleur de sel	Pfeffer	

#### Für den Wintergemüse-Sud:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und den Staudensellerie putzen. Anschließend alles grob würfeln und in Olivenöl kräftig anbraten.

Mit Weißwein und Wermut ablöschen und etwas einkochen lassen.

Ingwer schälen, in 4 Scheiben schneiden und diese mit Lorbeerblättern, Sternanis und Fenchelsamen hineingeben. Passierte Tomaten, Gemüsefond und Apfelsaft ebenfalls hinzufügen und alles um die Hälfte einkochen lassen.

Zum Schluss durch ein feines Sieb passieren und mit Salz und Piment d´Espelette abschmecken.

#### Für das Gemüse:

Zwiebeln, Möhren und Topinambur schälen. Staudensellerie und Fenchel putzen und die Paprika entkernen. Das ganze Gemüse mit dem Blumenkohl und Romanesco in Segmente schneiden und in Olivenöl anbraten. Mit dem hergestellten Gemüsesud ablöschen und bissfest garen.

#### Für den Skrei (Winterkabeljau):

Winterkabeljau kalt abrausen und mit Küchentrepp abtupfen. Mit Fleur de sel und Pfeffer würzen und die Hautseite in der Polenta mehlieren.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch auf der Hautseite knusprig anbraten. Danach in den heißen Gemüsesud geben und darin 3- 5 Minuten ziehen lassen.

Zum Anrichten den Wintergemüse-Sud und den Skrei auf vorgewärmte tiefe Teller anrichten, mit Basilikumblättern und Zitronenöl garnieren und servieren.

Cornelia Poletto am 21. Januar 2022

# Gebackene Walnuss-Käse-Kartoffeln mit Waldpilz-Salat

## Für zwei Personen

150 g gemischte Waldpilze	50 g braune Champignons	10 Drillinge
1 Knolle frischer Knoblauch	30 g Trappe Échourgnac	30 g Parmesan
50 g Butter	50 ml Weißwein	20 ml Gemüsefond
1 EL Walnussöl	2 EL Walnüsse	2 Zweige glatte Petersilie
1 Zwei Thymian	1 Zweig Rosmarin	2 EL Kümmel
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf Grillstufe vorheizen.

Kartoffeln in einem Topf mit Kümmel gar kochen. Abgießen, ausdampfen lassen, halbieren und leicht aushöhlen.

Trappe reiben und mit der Kartoffel-Füllung vermengen. Petersilie fein schneiden und dazu geben. Walnussöl unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Walnüsse hacken, in einer Pfanne ohne Öl anrösten und dazugeben. Die Füllung in die ausgehöhlten Kartoffeln geben.

Butter in einer Pfanne zerlassen. Zwei Scheiben vom Knoblauch abschneiden und zur Butter geben. Pilze mit einer Pilzbürste putzen, klein schneiden und in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rosmarin und Thymian zum Aromatisieren dazugeben.

Mit Weißwein ablöschen und Gemüsefond dazugeben. Etwas einkochen lassen. Pilze mit Sud in eine Auflaufform geben, Kartoffeln daraufsetzen und Parmesan drüber reiben und für ca. 5-8 Minuten im Backofen überbacken.

Wer mag, kann noch Tiroler Schinkenspeck ausbacken, zerkrümeln und über das Gratin streuen.

Cornelia Poletto am 22. November 2024



# Spaghetti alla Nerano

## Für zwei Personen

500 g Spaghetti	2 Zucchini	2 Knoblauchzehen
100 g Provolone	100 g Parmesan	4 Zweige Basilikum
100 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Die Zucchini waschen, die Enden abschneiden und in dünne Scheiben hobeln. Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden.

Provolone in kleine Würfel schneiden und den Parmesan reiben.

Zucchini in dem Olivenöl nach und nach ausbacken, bis sie leicht Farbe bekommen. Auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung al dente kochen.

Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und den Knoblauch darin ohne Farbe anbraten. Zucchini dazugeben und alles salzen und pfeffern.

Die Spaghetti mit der Pastakralle aus dem Kochwasser direkt zu den Zucchini geben. Provolone und Parmesan zufügen. Alles unter ständigem Rühren mit Beigabe von Pastawasser verrühren bis eine cremige Emulsion entsteht. Basilikumblätter fein schneiden und unterheben.

Cornelia Poletto am 24. Oktober 2024

# Weißer Spargel-Risotto mit Brunnenkresse

## Für zwei Personen

### Für das Risotto:

160 g Risottoreis, Carnaroli	200 g weißer Spargel	$\frac{1}{2}$ Bund Brunnenkresse
$\frac{1}{2}$ Toastbrot	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft, Abrieb	1 Stück Parmesan	2 EL Butter
800 ml Spargelfond	50 ml Champagner	Zucker
Salz	Pfeffer	

### Für das Risotto:

Den Spargel schälen. Spargelschalen mit 1 Liter kaltem Wasser, Saft von  $\frac{1}{2}$  Zitrone, etwas Salz und Zucker in einen Topf geben und aufkochen lassen. Dann die Hitze reduzieren und 20 Minuten ziehen lassen.

Spargelfond anschließend durch ein Sieb passieren.

Spargel bis auf die Spitzen in Würfel schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. 1 Esslöffel Butter in einem Topf aufschäumen lassen und die Schalotten- und Knoblauchwürfel darin glasig anschwitzen. Spargelwürfel und den Reis dazugeben, anschwitzen, salzen und mit Champagner ablöschen. Nach und nach mit heißem Spargelfond aufgießen und den Reis al dente kochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan reiben und den Rest Butter einrühren. Brunnenkresse hacken und unterrühren.

In der Zwischenzeit die Spargelspitzen separat in einer Pfanne mit etwas Butter und Spargelfond garen. Mit Salz und Zitronenabrieb abschmecken.

Risotto auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit den Spargelspitzen garnieren und sofort servieren.

Cornelia Poletto am 18. April 2024



# Steirisch-italienischer Kürbis-Risotto

**Für zwei Personen**

**Für das Risotto:**

160 g Risottoreis	100 g Hokkaido	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	60 g Parmesan	2 EL Butter
Weißwein	400 ml Gemüfefond	Salz, Pfeffer

**Für die Garnitur:**

4 Amarettini	1-2 EL Kürbiskerne	steirisches Kürbiskernöl
--------------	--------------------	--------------------------

**Für das Risotto:**

Den Fond in einen Topf geben und einmal aufkochen lassen.

Hokkaido putzen und in kleine Würfel schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein schneiden.

Einen Esslöffel Butter in einen Topf geben und aufschäumen lassen.

Schalotte und Knoblauch hinzugeben und anschwitzen. Kürbiswürfel zugeben und mitschwitzen. Salzen. Dann Reis ungewaschen hinzugeben und glasig anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Risotto mit heißem Fond aufgießen, sodass dieser gerade bedeckt ist.

Offen köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit komplett aufgenommen hat, dann erneut Flüssigkeit angießen. So weiterverfahren, bis der Reis al dente gegart ist. Risotto vom Herd nehmen und ziehen lassen. Risotto mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan reiben und zusammen mit etwas Butter unter das Risotto rühren.

**Für die Garnitur:**

Kürbiskerne in einer Pfanne anrösten. Risotto mit Kürbiskernen und Kernöl bestreuen bzw. beträufeln. Amarettini zerbröseln und über das Risotto streuen.

Cornelia Poletto am 10. November 2023

# Parmesan-Tortellini mit jungem Blattspinat und Trüffel

**Für zwei Personen**

<b>Für den Nudelteig:</b>	2 Eier	125 g Semola di grano duro
75 g Mehl, 00	1 Prise Salz	
<b>Für die Parmesan-Füllung:</b>	350 ml Milch	125 g Parmesan, 36 Monate
4 Blätter Gelatine	Muskatnuss	Salz, Pfeffer
<b>Für die Parmesan-Tortellini:</b>	1 Ei	Semola
<b>Für Blattspinat, Nussbutter:</b>	50 g jungen Blattspinat	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	50 g Butter	Muskatnuss, Salz, Pfeffer
<b>Für die Fertigstellung:</b>	30 g Parmesan, 36 Monate	1 Trüffel
1 TL alter Balsamico	Salz	

**Für den Nudelteig:** Alle Zutaten in eine Schüssel geben, zu einem glatten Teig verarbeiten und in Klarsichtfolie im Kühlschrank ruhen lassen.

**Für die Parmesan-Füllung:** Milch auf 60 °C erhitzen. Parmesan reiben und die Rinde abschneiden.

Rinde in die warme Milch geben und ziehen lassen. Danach geriebenen Parmesan mit dem Schneebesen einrühren, so dass sich der Käse auflöst. Vom Herd nehmen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in der warmen Käsemasse auflösen. Abgedeckt kaltstellen und in einen Spritzbeutel füllen.

**Für die Parmesan-Tortellini:** Semola auf der Arbeitsfläche verteilen. Nudelteig mit dem Nudelholz etwas ausrollen. Mit Hilfe einer Nudelmaschine dünner ausrollen, zwischendurch immer wieder mit Semola bestäuben. Nach 2 Durchgängen auf größter Stufe, die Nudelmaschine nun jedes mal eine Stufe enger stellen, bis die gewünschte Teigstärke erreicht ist.

Dünne Nudelteig auf die Arbeitsfläche legen und mit einem runden Austeicher mehrere Kreise von ca. 7 cm Durchmesser ausstechen.

Ei trennen, Eiweiß leicht schlagen und die Ränder der ausgestochenen Teig-Kreise mit Eiweiß bestreichen. Jeweils 1 TL Parmesan-Füllung in die Mitte der Kreise geben und zu Tortelli formen. Dafür den Teig umklappen, kleine Halbmonde formen, die Luft rausdrücken, einmal drehen, die zwei Enden vorne zusammenführen und verschließen.

Einen großen Topf Wasser aufkochen und salzen. Die Hitze leicht reduzieren, die Tortelli hineingeben und ca. 3 Minuten ziehen lassen.

**Für Blattspinat, Nussbutter:** Butter im Topf schmelzen und eine Nussbutter herstellen. Nicht zu dunkel werden lassen, da sie sonst bitter wird. Danach kurz stehen lassen und durch ein feines Sieb geben.

Etwas von der hergestellten Nussbutter in eine erhitzte Pfanne geben.

Schalotte und Knoblauchzehe abziehen, fein würfeln und darin anschwitzen. Spinat waschen, trockenschleudern, mit in die Pfanne geben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

**Für die Fertigstellung:** Spinat auf vorgewärmte Teller geben. Tortelli darauf setzen und mit etwas Nussbutter nappieren. Mit frisch gehobeltem Trüffel und Parmesan fertig stellen. Etwas Salz drüber streuen, Balsamico drum herum träufeln und servieren.

Cornelia Poletto am 04. Mai 2023

# Rote-Bete-Risotto mit Gorgonzola-Creme, Walnusscrunch

## Für zwei Personen

### Für das Risotto:

200 g frische, rohe Rote Bete	120 g Carnaroli-Risottoreis	1 kleine rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe	40 g Butter	40 g Parmesan
50 ml Weißwein	500 ml Gemüsefond	100 ml Rote-Bete-Saft
Salz	Pfeffer	

### Für die Gorgonzola-Creme:

100 g Gorgonzola dolce	30 ml Milch
------------------------	-------------

### Für den Walnusscrunch:

50 g Walnüsse	20 g brauner Zucker
---------------	---------------------

### Zur Fertigstellung:

1 kleinen Radicchio trevisano	2 EL Aceto Balsamico	1 EL Walnussöl
4 Zweige Petersilie	Salz	Pfeffer

## Für das Risotto:

Den Gemüsefond in einen Topf geben und erhitzen.

Rote Bete waschen, putzen und fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. 20 g von der Butter in einen flachen Topf geben und erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel hinzugeben und glasig anschwitzen. Gewürfelte Rote Bete hinzugeben, salzen und ebenfalls kurz anschwitzen. Reis hinzugeben und schwenken. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Rote-Bete-Saft angießen.

Reis mit dem heißen Fond aufgießen, sodass dieser gerade bedeckt ist.

Bei schwacher Hitze offen köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit komplett aufgenommen hat. Fond nachgießen und das Risotto durchrühren. Den Schritt wiederholen, bis der Reis nach ca. 30 Minuten al dente gegart ist. Parmesan fein reiben. Risotto vom Herd nehmen und unter ständigem Rühren mit der restlichen Butter, dem geriebenen Parmesan sowie Salz und Pfeffer abschmecken.

Risottoreis sollten Sie nie vor dem Verarbeiten waschen, denn die natürliche Reisstärke, die an Körnern haftet, verleiht dem Risotto eine schöne Bindung.

Außerdem: Pro Person kann man eine gute Handvoll Reis rechnen. Es ist ein Hauptgericht, kommt noch eine Handvoll Reis extra dazu.

Wichtig: Füllen Sie das Risotto immer mit heißer Brühe auf, um den Kochvorgang des Reises nicht zu unterbrechen.

## Für die Gorgonzola-Creme:

Gorgonzola mit der Milch glattrühren.

## Für den Walnusscrunch:

Zucker in einer Pfanne goldgelb karamellisieren lassen. Walnüsse hinzugeben, mit dem Zucker verrühren und zum Abkühlen auf Backpapier legen. Die abgekühlten Nüsse grob hacken.

Damit der Zucker gleichmäßig karamellisiert, können Sie einen Schluck Wasser mit in die Pfanne geben.

## Zur Fertigstellung:

Radicchio putzen und die Blätter in feine Streifen schneiden. In warmem Wasser waschen und trockenschleudern. Petersilie waschen, trockenwedeln und die Blätter in feine Streifen schneiden. Balsamico, Salz, Pfeffer und Walnussöl vermischen und den Radicchio damit marinieren.

Cornelia Poletto am 07. Dezember 2022

# Toast Hawaii

## **Für zwei Personen**

### **Für die gegrillte Ananas:**

$\frac{1}{2}$ Ananas	1 TL brauner Zucker	1 Prise Piment-d'Espelette
Meersalz	2 EL Olivenöl	

### **Zur Fertigstellung:**

4 Scheiben Brioche	8 Scheiben Prosciutto cotto	8 Schreben ital. Schnittkäse
1 EL Butter	3 Zweige Estragon	Salzflocken

### **Für die gegrillte Ananas:**

Den Backofen auf 230 Grad Großflächengrill vorheizen.

Ananas schälen, waschen und trocken tupfen. In ca. 1-2 cm dicke Scheiben schneiden und den mittleren Strunk mit einem Ausstechring (ca. 3 cm) ausstechen.

Olivenöl sowie 1 TL braunen Zucker in eine Pfanne geben und karamellisieren lassen. Ananascheiben hinzugeben und mit Salzflocken und Piment d'Espelette würzen, anschließend wenden. Das Ganze auf der anderen Seite wiederholen und die Herdplatte ausstellen.

### **Zur Fertigstellung:**

Butter in einer Grillpfanne zerlassen und Briochescheiben bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2-3 Minuten goldbraun rösten. Den Prosciutto cotto sowie eine gegrillte Ananasscheibe auf das Brioche geben. Etwas Zitronenabrieb über die Ananas streuen. Estragon fein hacken und ebenfalls über die Ananas geben. Anschließend 4 Scheiben vom Provolone auf den Toast geben. Brioche auf ein mit Backpapier belegtem Backblech ca. 5 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Toast Hawaii auf Tellern anrichten, mit etwas Piment d'Espelette bestreuen und servieren.

Cornelia Poletto am 17. Juni 2022

# Spaghetti alla chitarra Cacio e Pepe

**Für zwei Personen**

**Für den Nudelteig:**

250 g Semola di Grano duro    150 g Mehl, Type 00    4 Eier  
1 EL Olivenöl    1 Prise Salz    2 TL schwarze Pfefferkörner

**Für die Fertigstellung:**

100 g Pecorino Romano    1 TL schwarzer Pfeffer    Pfeffer

**Für den Nudelteig:**

Die Pfefferkörner in einem Mörser zerstoßen und in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

Semola, Mehl, Eier, Olivenöl und Salz sowie gerösteten Pfeffer zu einem glatten, geschmeidigen Nudelteig verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und ruhen lassen. Anschließend mit etwas Nudelgrieß (Semola) nacharbeiten bzw. erneut kneten. Teig mit einem Nudelholz ausrollen und schließlich durch eine Nudelmaschine dünn auslassen. Mit einem Chitarra-Nudelschneider Spaghetti herstellen. Alternativ kann die Pasta durch eine normale Nudelmaschine gelassen oder mit der Hand geschnitten werden.

Einen großen Topf mit Wasser aufsetzen. Sobald das Wasser kocht großzügig salzen und schließlich die Pasta 2 Minuten garen.

Frischer Nudelteig sollte bei der Verarbeitung schön elastisch sein. Ist er zu fest, fängt er leicht an zu reißen. Fester wird der Teig durch das Arbeit in der Nudelmaschine bzw. durch das Einarbeiten von Nudelgrieß.

**Für die Fertigstellung:**

Pfeffer in einen Mörser geben und zerstoßen. In einer Pfanne ohne Fett anrösten. Pecorino reiben und in eine Schüssel geben. Etwa zwei Kellen Nudelwasser nach und nach zum Käse geben und ordentlich verrühren.

Fertige Pasta mit einer Pastakralle direkt aus dem Topf in die Pfanne mit dem Pfeffer geben. Nun nach und nach die Käse-Mischung zur Pasta geben und solange schwenken, bis sich der Käse aufgelöst hat und eine cremige Konsistenz entstanden ist.

Auf 2 vorgewärmten Tellern anrichten und mit frisch geriebenem Pecorino und Pfeffer aus der Mühle servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 10. März 2022

## Gemüse-Salat mit Enten-Brust

**Für zwei Personen**

**Für den Salat:**

$\frac{1}{4}$ Butternut-Kürbis	$\frac{1}{4}$ Weißkohl	150 g grüne Bohnen
6-8 Schwarzwurzeln	100 g Enoki	1 Orange, Abrieb, Saft
Butter	Milch	1 EL Honig
1-2 Zweige Petersilie	Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für die Entenbrust:**

1 Entenbrust	Öl	Salz
--------------	----	------

**Für den Salat:**

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Schwarzwurzeln mit Handschuhen ordentlich putzen, dann schälen und die Wurzeln sofort in Milch einlegen.

Bohnen putzen und in Salzwasser blanchieren. Danach in Eiswasser abschrecken.

Kürbis schälen und in Würfel schneiden. Kohl putzen und in feine Streifen schneiden.

Schwarzwurzeln klein schneiden und in Olivenöl und Butter goldbraun anbraten. Salzen. Dann Kürbis und Kohl hinzugeben. Mit Honig karamellisieren. Orange heiß abspülen, die Schale abschneiden, dann halbieren und den Saft auspressen. Orangenschale zum Gemüse geben und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Enoki dazugeben. Gemüse mit Orangensaft ablöschen und mit Sojasauce würzen. Blanchierte Bohnen und gehackte Petersilie zum Gemüse geben und gut durchschwenken.

**Für die Entenbrust:**

Die Haut der Entenbrust rautenförmig einritzen. Wichtig ist, dass das Entenfleisch dabei nicht verletzt wird. Fleisch salzen.

Öl in eine Pfanne geben und erhitzen. Ente mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und einige Minuten knusprig anbraten. Dann wenden, Thymian hinzugeben und mit der Pfanne in den Ofen geben. Ente bis zu einer Kerntemperatur von 56-58 Grad garen. Dann aus dem Ofen nehmen, wieder wenden und die Hautseite erneut knusprig braten. Vor dem Servieren pfeffern und tranchieren.

Cornelia Poletto am 09. November 2023

# Tagliatelle alla pollonara mit Hähnchen-Knusper

## Für zwei Personen

### Für das Liebstöckel-Öl:

4 Zweige Liebstöckel                      150 ml Pflanzenöl

### Für die Pasta:

200 g Tagliatelle Capricciose	1 Maishähnchenbrust	100 g Pfifferlinge
150 g Baby-Blattspinat	1 Knoblauchzehe	2 Eier
80 g Parmesan	2 TL Butter	2 Zweige Thymian
1-2 Zweige Liebstöckelblätter	Brathähnchengewürz	Muskatnuss
Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für das Liebstöckel-Öl:

Den Liebstöckel abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Mit dem Öl in einen Topf geben, auf 60°C erhitzen und 15 Minuten ziehen lassen.

Im Standmixer fein pürieren, durch ein Tuch passieren und auskühlen lassen.

### Für die Pasta:

Geflügelhaut abziehen und flach auf ein Holzbrett legen. Haut mit Brathähnchengewürz und Salz würzen und mehrmals mit einer dünnen Rouladennadel einstechen. Zwischen Backpapier in eine Pfanne legen, mit einem Topf beschweren und bei mittlerer Hitze knusprig braten. Auf Küchenpapier erkalten lassen.

Parmesan fein reiben. Ein Ei trennen und das Eigelb auffangen. Eigelb und Vollei mit dem Parmesan verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Pfifferlinge putzen, ggf. kurz im Wasser waschen und anschließend vorsichtig in einer Salatschleuder trockenschleudern. Auf Küchenpapier vollständig trocknen lassen.

Maishähnchenbrust in Würfel schneiden.

1 TL Butter mit einer angedrückten Knoblauchzehe in der Pfanne aufschäumen, in der zuvor die Hühnerhaut knusprig gebraten wurde.

Maishähnchenwürfel salzen, pfeffern und mit den Thymianzweigen in der schäumenden Butter kurz anbraten. Pfifferlinge zugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Babyspinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und warm stellen.

Tagliatelle in kochendem Salzwasser al dente kochen. Pasta mit einer Pastakralle direkt in die Ei-Parmesan-Mischung geben und gut durchschwenken; evt. mit etwas Pastawasser verdünnen und mit Parmesan abschmecken. Mit Pfeffer würzen. Hähnchen-Pfifferling-Spinat-Mischung zur Pasta geben und durchschwenken.

Hühnerhaut klein hacken. Liebstöckel fein schneiden, so dass ca. 1 EL entsteht. Pasta mit knuspriger Hühnerhaut, geriebenem Parmesan, Liebstöckel und Liebstöckel-Öl garnieren.

Für 100 g Pasta benötigt man 1 L Wasser und 10 g Salz.

Cornelia Poletto am 31. Juli 2023

# Pizzoccheri alla Poletto

## Für zwei Personen

### Für die Pizzoccheri:

100 g Buchweizenmehl      65 g Hartweizenmehl      2 Eier

### Für den Sugo:

1 Hähnchenbrust (200 g)      100 g Morcheln      1 Schalotte  
1 EL Butter      100 ml Gemüsefond      4 Zweige Majoran  
8 Salbeiblätter      1 EL Olivenöl      Muskatnuss  
Feines Meersalz      Pfeffer

### Zur Fertigstellung:

4 Wirsingblätter      30 g Parmesan      30 g Bergkäse  
Olivenöl      Muskatnuss      Meersalz  
Pfeffer

### Für die Pizzoccheri:

Die Eier und Mehl zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank ruhen lassen. Teig mit der Nudelmaschine nicht zu dünn ausrollen und in ca. 4x10 cm lange Streifen schneiden. Pizzoccheri auf der mit Hartweizenmehl bestreuten Arbeitsfläche ausbreiten.

### Für den Sugo:

Salbeiblätter in einer Pfanne mit Olivenöl knusprig ausbraten.

Hähnchenbrust kalt abrausen, trockentupfen und in 1x1 cm Würfel schneiden. Eine Pfanne erhitzen, Hähnchenwürfel in Salbeipfanne goldgelb anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Schalotte abziehen und fein würfeln. Morcheln putzen. Butter in die gleiche Pfanne geben und aufschäumen. Schalotte und Morcheln dazugeben und einige Minuten anschwitzen. Mit Fond ablöschen und 5 Minuten köcheln lassen.

Mit geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

Majoranblättchen abzupfen und zugeben.

Beim Putzen der Morcheln den Stiel abtrennen und dann mit Wasser abwaschen. So schnell es geht in einer Salatschleuder trocknen, denn je länger die Pilze nass sind, desto schneller verlieren sie an Aroma! **Zur Fertigstellung:**

Wirsingblätter putzen, waschen und in ca. 4 cm große Stücke schneiden.

Pizzoccheri und Wirsingblätter zusammen in kochendem Salzwasser in ca. 3 Minuten bissfest kochen. Beides mit der Pastakralle aus dem Kochwasser nehmen und direkt zu den Morcheln in die Pfanne geben.

Beiseitegestellte Hähnchenwürfel ebenfalls zufügen und mit Meersalz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Parmesan und Bergkäse reiben und darüber geben.

Cornelia Poletto am 30. März 2023

# Tagliatelle mit Hähnchen-Knusper und Babyspinat

## Für zwei Personen

### Für die Pasta:

200 g Tagliatelle	2 Maishähnchenbrüste	60 g Pfifferlinge
100 g Babyspinat	1 junge Knoblauchzehe	2 Eier
10 g Parmesan	1 EL Butter	500 ml Geflügelfond
200 ml Weißwein	100 ml franz. Wermut	1 Zweig Liebstöckel
2 Zweige Thymian	Hähnchengrillgewürz	Muskatnuss
Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

2 Zweige Liebstöckel    Parmesan

### Für die Pasta:

Den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Haut der Maishähnchenbrüste abziehen und flach auf ein Holzbrett legen.

Mehrmals mit einer dünnen Rouladennadel einstechen. Mit Hähnchengrillgewürz würzen. Zwischen zwei Backpapieren auf ein Backblech legen, dieses mit einem weiteren Backblech beschweren und bei 150°C ca. 2 Stunden langsam trocknen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen und erkalten lassen, danach in kleine Stücke hacken.

Wermut, Weißwein und Liebstöckel in einen kleinen Topf geben, aufkochen und auf  $\frac{1}{4}$  einkochen lassen. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

Tagliatelle in dem Geflügelfond al dente garen.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Maishähnchenbrust in Würfel schneiden (ca. 2x2 cm).

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen.

Maishähnchenbrüste salzen, pfeffern und mit Thymian kurz anbraten.

Pfifferlinge putzen und ebenfalls in die Pfanne geben. Leicht salzen und gut durchschwenken.

Kräuterzweige entfernen. Babyspinat waschen und trockentupfen, den Babyspinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Herd ausschalten.

Eier trennen. Eigelbe unter die Weinreduktion mischen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Parmesan reiben und hinzugeben.

Tagliatelle direkt aus dem Kochwasser in die Pfanne zur Gemüse-Fleisch-Mischung geben, mit schwarzem Pfeffer würzen und die Ei-Mischung darüber gießen. Alles gut durchschwenken. Etwas Parmesan über die Pasta reiben und erneut durchschwenken.

### Für die Garnitur:

Liebstöckel fein schneiden und über die Pasta geben. Parmesan reiben und ebenfalls über die Tagliatelle geben. Knusprige Maishähnchenhaut über die Pasta streuen.

Cornelia Poletto am 09. September 2022

# Wild-Bolognese mit Spaghetti, Parmesan, Haselnüssen

**Für zwei Personen**

**Für die Wild-Bolognese:**

300 g Hackfleisch vom Reh	$\frac{1}{4}$ Sellerieknolle	2 Möhren
2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	200 g geschälte Tomaten
50 g Portobello	50 g Champignons	50 g Kräuterseitlinge
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 EL Wildgewürz-Mischung
Rotwein	Portwein	Salz

**Für die Spaghetti:**

250 g Spaghetti	Salz
-----------------	------

**Für die Garnitur:**

15 g Piemonteser Haselnüsse	10 g Parmesan	3 Zweige glatte Petersilie
-----------------------------	---------------	----------------------------

**Für die Wild-Bolognese:**

Den Knoblauch und Zwiebel abziehen und klein hacken. Möhren und Sellerie schälen und klein hacken. Pilze putzen und hacken.

Öl in eine Pfanne geben. Hackfleisch darin ungewürzt anbraten.

Wildgewürz-Mischung hinzugeben. Rosmarin und Thymian mit in die Pfanne geben. Mit Salz abschmecken.

Gewürfeltes Gemüse ebenfalls hinzugeben und mitanrösten. Pilze hinzugeben. Mit Rotwein und Portwein ablöschen. Sobald die Flüssigkeit reduziert ist, die geschälten Tomaten hinzugeben.

**Für die Spaghetti:**

Einen Topf mit Wasser erhitzen. Salz kurz vorher hinzugeben. Spaghetti im gesalzenem Wasser al dente kochen.

**Für die Garnitur:**

Piemonteser Haselnüsse hacken. Parmesan reiben. Beides als Garnitur für die Bolognese verwenden.

Petersilie hacken und ebenfalls über die Bolognese geben.

Cornelia Poletto am 03. März 2023

# Enten-Leber-Tramezzini, Radicchio trevisano, Chutney

## Für zwei Personen

### Für das Chutney:

1 Quitte	1 kleine Gemüsezwiebel	50 ml Weißwein
25 ml Quittenessig	200 ml Apfelsaft	4 Zweige Thymian
1 TL Fenchelsaat	1 TL Koriandersaat	1 Sternanis
1 EL Senfkörner	50 g Zucker	Olivenöl, Meersalz, Pfeffer

### Für den Speck:

4 Sch. Tiroler Schinkenspeck

### Für Salat und Vinaigrette:

4 Blätter Radicchio trevisano	1 kl. Handl Wildkräutersalat	3 EL Quittenessig
1 EL Honig	4 EL Walnussöl	Meersalz, Pfeffer

### Für die Tramezzini:

160 g Entenleber	4 Scheiben Brioche	1 EL Butter
1 Zweig Thymian	Meersalz	

### Für die Fertigstellung:

1 kleinen schwarzen Trüffel

## Für das Chutney:

Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen. Mit Weißwein und Quittenessig ablöschen. Fenchelsaat, Koriandersaat und Sternanis in einem Gewürzsäckchen zugeben und die Flüssigkeit fast vollständig einkochen lassen. Apfelsaft und Thymian zugeben und erneut um die Hälfte einkochen lassen.

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Quitte schälen, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Zwiebelwürfel und Senfkörner in einem flachen Topf in etwas Olivenöl glasig anschwitzen.

Die Quittenwürfel zugeben und ebenfalls kurz mit anschwitzen. Den Fond durch ein feines Sieb zu der Quitten-Zwiebelmischung und bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen. Das Chutney mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Für den Speck:

Speckscheiben in einer Pfanne knusprig braten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen.

## Für Salat und Vinaigrette:

Radicchio und Wildkräutersalat waschen und trockenschleudern. Mit etwas Vinaigrette marinieren.

Quittenessig, Honig und Walnussöl zu einer Vinaigrette vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Für die Tramezzini:

Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle Briochescheiben toasten bzw. in einer Pfanne rösten.

Entenleber mit dem Thymian bei mittlerer Hitze in schäumender Butter etwa 3 Minuten braten. Erst danach mit Salz und Pfeffer würzen.

Leber in 1 cm dicke Tranchen schneiden.

Die Leber erst nach dem Braten würzen, ansonsten wird sie sehr trocken und fest.

## Für die Fertigstellung:

Trüffel hobeln. Zwei Brioche-Scheiben ausbreiten und mit Radicchio, Wildkräutersalat, Quitten-Chutney, Speckscheiben und Entenleber belegen. Mit der Vinaigrette beträufeln und den Trüffel darüber geben. Mit der anderen Briochescheibe belegen.

Cornelia Poletto am 10. November 2023

# Kalb-Tafelspitz mit Pancetta-Kartoffeln

## Für 4 Portionen:

1 kg Milchkalbs-Tafelspitz	Salz und Pfeffer	4 EL Olivenöl
1 Rosmarinzweig	34 Thymianzweige	

## Für das Gemüse:

2 EL Zucker	1 EL milder Weißweinessig	150 ml Moscato (ital. Süßwein)
2 EL Butter	600 g junges Gemüse	Salz, Pfeffer
10 Basilikumblättchen		

## Für die Pancetta-Kartoffeln:

12 kleine festk. Kartoffeln	grobes Meersalz	1 TL Kümmel
50 g Pancetta (gewürfelt)	2 Schalotten (gewürfelt)	1 EL Olivenöl
1 EL Schnittlauchröllchen	Salz, Pfeffer	Pflanzenöl
80 g Mehl	4 Eier	120 g Panko

Ofen auf 80 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Fleisch salzen und pfeffern, in 2 EL heißem Öl in einer ofenfesten Pfanne von allen Seiten anbraten. Mit restlichen 2 EL Öl übergießen. Mit Kräutern umlegen. Im Backofen auf der zweiten Schiene von unten 56 Stunden garen. Ab und zu mit Bratfett beträufeln.

Für das Gemüse Zucker karamellisieren, mit Essig und Wein ablöschen, Butter zugeben. Um die Hälfte einkochen lassen. Beiseitestellen.

Gemüse waschen, putzen. Je nach Sorte zerkleinern. Getrennt in kochendem gesalzenem Wasser bissfest garen, herausheben. Abschrecken, abtropfen lassen.

Kartoffeln unter fließendem kaltem Wasser abbürsten. In gesalzenem Wasser mit Kümmel 1520 Minuten garen. Abgießen, abschrecken. Längs halbieren und mit einem Kugelausstecher aushöhlen (ringsherum einen 0,51 cm breiten Rand stehen lassen). Das herausgenommene Innere der Kartoffeln fein zerdrücken. Speck und Schalotten im heißen Öl anbraten, dazugeben. Schnittlauch zufügen, alles mischen und kräftig abschmecken. In die ausgehöhlten Kartoffeln füllen, Kartoffelhälften jeweils wieder zusammensetzen.

Frittierfett in Topf oder Fritteuse auf ca. 170 Grad erhitzen.

Kartoffeln in Mehl, verschlagenen Eiern und Paniermehl wenden.

Nochmals in Ei und Paniermehl wenden. Im heißen Fett 34 Minuten goldbraun ausbacken. Im Backofen warm halten.

Für das Gemüse Basilikum zum Moscato-Sud geben, im Mixer fein pürieren, durchsieben. Gemüse darin erhitzen, abschmecken. Fleisch herausnehmen, in Scheiben schneiden. Alles anrichten.

Cornelia Poletto am 15. April 2024

# Strozzapreti mit Lamm-Ragout und Artischocken

**Für zwei Personen**

**Für das Lammragout:**

4 Lammfilets	400 g Flaschentomaten, Dose	4 vorgeg. Artischockenböden
100 g TK-Favebohnen	10 Taggiasca-Oliven in Öl	2 Frühlingszwiebel
2 Knoblauchzehen	2 kl. rote Chilischoten	2 Zweige Rosmarin
Olivenöl	Salz	

**Für die Strozzapreti:**

250 g Strozzapreti      2 Prisen Meersalz

**Für die Garnitur:**

20 g Parmesan      1 Zweig Minze

**Für das Lammragout:**

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Lamm von beiden Seiten leicht salzen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

In einer Pfanne ohne Öl von beiden Seiten bei mittlerer Temperatur kurz anbraten. Eine ange-drückte Knoblauchzehe und Rosmarin mit in die Pfanne geben und Fleisch noch etwas bräunen lassen. Dann aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Ofen warmhalten.

Pfanne mit Rosmarin und Knoblauch aufgestellt lassen und weiter für das Ragout nutzen. Zweite Knoblauchzehe abziehen, fein hacken, mit in die Pfanne geben und andünsten. Artischockenböden in Scheiben schneiden, mit in die Pfanne geben und Farbe annehmen lassen.

Flaschentomaten durch eine Flotte Lotte drehen und passieren.

Artischocken mit Tomaten ablöschen, kurz einrühren und dann die Strozzapreti direkt aus dem Topf mit in die Sauce geben.

Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Favebohnen aus der Haut drücken. Beides zu den Nudeln geben. Oliven halbieren und mit etwas Öl zusammen in die Pasta geben. Chili-schoten in feine Ringe schneiden und kurz vor dem Servieren unterrühren. Nochmals mit Salz abschmecken.

**Für die Strozzapreti:**

Pasta in kräftig gesalzenem Wasser al dente kochen. So, dass sie im Ragout noch ziehen können und nicht zu weich werden.

**Für die Garnitur:**

Parmesan über die angerichtete Pasta reiben. Mit Minze garnieren.

Cornelia Poletto am 08. März 2024

# Lamm-Ragout im Artischockenboden mit cremiger Polenta

## Für zwei Personen

### Für das Lammragout:

300 g Lammhackfleisch	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 rote Chilischote	200 g Tomatenpolpa	1 TL Sambal Oelek
3 Zweige Thymian	Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für die Polenta:

100 g Instant-Polenta	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
60 g Parmesan	200 ml Geflügelfond	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für die Artischockenböden:

2 Artischockenböden, Dose	oder tiefgekühlt	½ Orange, Abrieb
½ Zitrone, Abrieb	2 EL Ricotta	Olivenöl, Salz, Pfeffer

### Für den Spargel:

4 Stg. grüner Spargel	Salz
-----------------------	------

### Für die Garnitur:

6 Kirschtomaten in Öl	2 EL Pistazien	1 Zweig Minze
-----------------------	----------------	---------------

## Für das Lammragout:

Den Backofen auf 185 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einem Topf Öl erhitzen und beides darin anschwitzen. Lammhackfleisch mit in die Pfanne geben und anbraten. Thymianblättchen abzupfen, Chili längs halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken.

Beides mit in die Pfanne geben und alles mit Sambal Oelek würzen.

Dann Tomatenpolpa einrühren und etwa 20 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf kleiner Flamme warmhalten.

## Für die Polenta:

Schalotte abziehen und fein würfeln, Knoblauch abziehen und mit der Messerseite andrücken. Parmesan reiben. Schalottenwürfel in einer heißen Pfanne mit einem Schuss Olivenöl glasig anschwitzen.

Angedrückte Knoblauchzehe, Polenta und die Hälfte des Fonds dazugeben. Etwa 5 Minuten köcheln lassen, dann die Hitze reduzieren und bei Bedarf, je nach Konsistenz, weiteren Fond dazugeben.

Knoblauchzehe herausnehmen und Polenta mit geriebenem Parmesan, Salz und Pfeffer abschmecken.

## Für die Artischockenböden:

Zitrone und Orange heiß abwaschen und jeweils die Schale abreiben, sodass ½ TL pro Frucht dabei herauskommt. Artischockenböden mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten im vorgeheizten Ofen erhitzen. Ricotta mit 1 EL Olivenöl glattrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronen- und Orangenabrieb würzen.

## Für den Spargel:

Spargelenden abbrechen und Stangen in siedendem Salzwasser blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Alternativ mit einem Schluck Wasser in einer Pfanne braten. Vor dem Servieren in etwa 3-5 cm große Stücke schneiden.

## Für die Garnitur:

Pistazien in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Anschließend grob hacken.

Minze abbrausen und trockenwedeln. Blättchen abzupfen. Kirschtomaten aus dem Öl nehmen und in kleinere Stücke schneiden.

Die Artischockenböden mit dem heißen Lammragout füllen. Auf jeden Teller einen Spiegel der

Polenta geben. Die Artischockenböden auf die Polenta geben. Füllung mit den Minzspitzen und dem gewürzten Ricotta fertig stellen, dann die eingelegten Kirschtomaten und den Spargel dazwischen stecken. Mit den Pistazien garnieren.

Cornelia Poletto am 08. März 2024

## Lamm-Rücken mit Kräuter-Kruste und Oliven-Jus

### Für zwei Personen

#### Für die Kräuterkruste:

2 Sch. Toastbrot ohne Rinde	1 Knoblauchzehe	4 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	4 Zweige glatte Petersilie	4 EL weiche Butter
1 Prise Meersalz	Pfeffer	

#### Für das Lamm:

2 Lammlachse, à 180 g	Olivenöl	1 Prise feines Meersalz
Pfeffer		

#### Für die Oliven-Jus:

1 EL Taggiasca Oliven	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
100 ml Rotwein	50 ml roter Portwein	200 ml Lammfond
4 Zweige Bohnenkraut	2 Zweige Thymian	1 EL Olivenöl
Meersalz	Pfeffer	

#### Für die Auberginen:

1 große Kartoffeln	1 kleine Aubergine	4 Kirschtomaten
2 getrocknete Tomaten	20 g Parmesan	1 Zweig Thymian
Olivenöl	Salz	

#### Für die Kräuterkruste:

Den Backofen auf 200 Grad Oberhitze vorheizen.

Thymian, Rosmarin und Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Knoblauch abziehen und fein schneiden.

Kräuter, Knoblauch und das Toastbrot mixen. Die Butter mit einem Handrührgerät schaumig aufschlagen und Kräuter-Knoblauch-Toastbrot-Mischung unterheben. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Zwischen Backpapier in Form der Lammlachse ausrollen und kaltstellen.

#### Für das Lamm:

Lammlachse trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl bei starker Hitze von jeder Seite ca. 1 Minute anbraten. Pfanne für die Oliven-Jus weiterverwenden.

#### Für die Oliven-Jus:

Schalotten und Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden.

Schalotten und Knoblauch in Lamm-Pfanne mit Olivenöl anschwitzen.

Thymian abbrausen, trockenwedeln und hinzugeben. Mit Rotwein und rotem Portwein ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen.

Lammfond hinzugeben und bei mittlerer Hitze 10 - 15 Minuten einkochen lassen. Bohnenkraut abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Die Oliven vierteln. Sauce passieren und nach Bedarf noch etwas einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Bohnenkraut und Oliven abschmecken.

#### Für die Auberginen:

Kartoffeln schälen, waschen und längs in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Mit einem Ausstechring (ca. 8 cm) ausstechen. Kartoffeltaler in kochendem Salzwasser blanchieren.

Aubergine waschen und in Scheiben schneiden. Leicht salzen und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten anbraten.

Auberginen scheiben entnehmen und vierteln. Kirschtomaten waschen, Strunk entfernen und in Scheiben schneiden. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Thymian und getrocknete Tomaten fein hacken und vermischen. Kartoffelscheiben in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Je 1 TL gehackte Tomatenmasse darauf verteilen, danach Auberginenviertel und Kirschtomatenscheiben fächerartig darauf anrichten. Parmesan reiben und Auberginen-Törtchen damit bestreuen.

Kräuterkruste auf den Lammlachsen verteilen, auf ein Backblech geben und mit den Auberginentörtchen im heißen Ofen auf der mittleren Schiene ca. 5 Minuten gratinieren.  
Die Lammlachse halbieren und mit den Auberginen-Törtchen und der Oliven-Jus auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 01. Juli 2022

# Sommerlicher Salat mit Garnelen und Mango-Salsa

## Für zwei Personen

### Für die Mango-Salsa:

1 Flug-Mango	1 kleine rote Chilischote	$\frac{1}{2}$ Limette, Saft
2 Zweige Koriander	2 EL Olivenöl	Salz

### Für die gegrillte Avocado:

1 reife Avocado	Olivenöl
-----------------	----------

### Für die gebratenen Garnelen:

8 Riesengarnelen	1-2 Knoblauchzehen	3 EL Olivenöl
2 Prisen Piment d'Espelette	Saltflakes	

### Für die Mayonnaise:

$\frac{1}{4}$ Salzzitrone	$\frac{1}{2}$ Limette, Saft	2 Eier
$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	1 TL Ahornsirup	200 ml neutrales Pflanzenöl
2 EL Olivenöl	Salz	

### Für die Fertigstellung:

$\frac{1}{2}$ Römersalatherz
------------------------------

### Für die Mango-Salsa:

Die Mango schälen und das Fruchtfleisch der Mango jeweils rechts und links vom Stein großzügig abschneiden. In Würfel schneiden. In eine Schüssel geben und Limettensaft darüber geben. Koriander fein hacken und zur Mango geben. Mit Salz würzen und mit Olivenöl beträufeln. Alles miteinander vermengen und ziehen lassen. Bei Bedarf Chili in feine Ringe hacken und mit dazugeben.

### Für die gegrillte Avocado:

Avocado halbieren und Stein herausnehmen. Fruchtfleisch mit einem Löffel herausheben. In Spalten schneiden und in einer heißen Grillpfanne mit wenig Olivenöl von beiden Seiten grillen.

### Für die gebratenen Garnelen:

Garnelen putzen, Darm entfernen, kalt abbrausen und mit Küchenkrepp trockentupfen. In eine kleine Schüssel geben und etwas Olivenöl beträufeln. Knoblauch inklusive Schale mit einem Messer andrücken und mit in die Schale geben. Garnelen ziehen lassen. Dann in einer erhitzten Pfanne ohne Öl anbraten. Nach dem Wenden der Garnelen, restliche Marinade mit in die Pfanne geben und etwa 2 Minuten bei abgeschalteter Herdplatte ziehen lassen. Mit Piment d'Espelette und Saltflakes abschmecken.

### Für die Mayonnaise:

Eier in ein hohes Gefäß aufschlagen. Curry, Ahornsirup und Limettensaft dazugeben und mit einer Prise Salz würzen. Alles mit einem Pürierstab aufmixen und dann langsam Öl einfließen lassen, dabei weiter pürieren bis eine Emulsion entsteht. Kurz vor der Ende des Vorgangs Olivenöl dazugeben. Die Mayonnaise sollte nicht zu fest werden. Nur die Schale der Salzzitrone fein würfeln und unter Mayonnaise rühren. Mit etwas Salz und Curry abschmecken.

### Für die Fertigstellung:

Mit der Mayonnaise einen Streifen auf den Servierteller streichen.

Garnelen sowie Avocado darauf setzen und Mango-Salsa darüber verteilen. Römersalat waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Mit etwas Olivenöl marinieren und zwischen den Garnelen drapieren.

Cornelia Poletto am 08. August 2024

# Kalter Nudelsalat mit Flusskrebsen, Zitronen-Vinaigrette

**Für zwei Personen**

**Für die Zitronen-Vinaigrette:**

1 Zitrone, Saft, Abrieb	$\frac{1}{2}$ Knoblauchknolle	1 EL Ahornsirup
100 ml Olivenöl	Pfeffer	

**Für den Nudelsalat:**

200 g schwarze Spaghettini	20 vorgek. Flusskrebsschwänze	10 Datterini-Tomaten
1 rote Chilischote	2 Zweige Basilikum	4 Zweige Koriander
grobes Meersalz	Pfeffer	

**Für die Zitronen-Vinaigrette:**

Die Zitrone heiß abwaschen und mit einem Sparschäler 1-2 größere Stücke Schale abschälen. Saft auspressen und beides in einen Topf geben. Knoblauchknolle mit einem Messer oder Plattierisen andrücken.

Mit in den Topf in den Saft legen. Ahornsirup mit dazugeben. Kurz umrühren und leicht reduzieren lassen. Knoblauch und Zitronenschale herausnehmen und Flüssigkeit mit Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren.

**Für den Nudelsalat:**

Spaghettini in kochendem Salzwasser al dente garen und in Eiswasser abschrecken bis sie lauwarm sind. Ein wenig Olivenöl dazugeben damit sie nicht aneinander kleben. Chili in feine Ringe schneiden.

Kirschtomaten vierteln. Alles zusammen mit den Spaghettini in einer Schüssel mit der Vinaigrette vermengen. Flusskrebse unterheben. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Basilikum- und Korianderblätter abzupfen und in feine Streifen schneiden und zum Schluss in den Salat geben.

Cornelia Poletto am 06. August 2024

# Spaghetti al nero di seppia mit Calamaretti

**Für zwei Personen**

**Für die Pasta:**

2 Eier	1 EL Sepia-Tinte	125 g Semola
75 g Mehl	1 Prise Salz	

**Für die Calamaretti:**

250 g Calamaretti	2 junge Knoblauchzehen	1 rote Chilischote
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

**Für die Pasta:**

Alle Zutaten in eine Schüssel geben, zu einem glatten Teig verarbeiten und in Klarsichtfolie im Kühlschrank ruhen lassen.

Teig danach mithilfe einer Nudelmaschine zu Spaghetti ausrollen.

**Für die Calamaretti:**

Tentakel der Calamaretti vorsichtig aus dem Körper (Tube) ziehen.

Längliches durchscheinendes Fischbein aus den Tuben entfernen. Die dunkle Haut der Tuben abziehen. Innereien und Augen oberhalb der Tentakel abschneiden. Kugelförmiges Kauwerkzeug jeweils aus der Mitte der Tentakel herausdrücken. Tuben und Tentakel waschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Größere Tuben klein schneiden.

Knoblauchzehen abziehen und in Scheiben schneiden. Chilischote putzen und fein schneiden. Petersilien- und Basilikumblättchen abzupfen und fein schneiden. Spaghetti in kochendem gesalzenem Wasser bissfest kochen. Abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Calamaretti zugeben, ca.  $\frac{1}{2}$  Minute je Seite anbraten. Chili und Knoblauch zugeben und 12 Minuten mitbraten.

Kräuter und abgetropfte Spaghetti untermischen, alles durchschwenken.

Nach Wunsch etwas Nudelwasser unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken.

Cornelia Poletto am 30. Mai 2024

# Shanghai-Salat mit Garnelen

## Für zwei Personen

### Für die Mayonnaise:

1 Limette	1 Ei	$\frac{1}{2}$ TL Wasabi-Paste
1 EL Sweet-Chili-Soße	1 TL grüner Tabasco	Pflanzenöl
1 Prise Meersalz		

### Für das Dressing:

1 Limette	25 ml Reisessig	1 Knoblauchzehe
2 cm Ingwer, geschält	1 kleine Chilischote	1 EL Ahornsirup
25 ml Olivenöl	1 EL Sojasauce	1 EL Sesamöl

### Für die Garnelen:

6 Riesengarnelen	1 junge Knoblauchzehe	2 Zweige Thymian
Salz-Flocken	Piment d'Espelette	Olivenöl, Salz

### Für die Garnitur:

1 kleine Avocado	1 kleine Mango	200 g Blattsalat
50 g Bonitoflakes		

### Für die Mayonnaise:

Das Ei aufschlagen und in einen hohen Messbecher geben. Meersalz, grünen Tabasco, Sweet Chili Sauce und Wasabi hinzugeben und mixen.

Pflanzenöl unter stetigem Mixen hinzugeben bis gewünschte Konsistenz erreicht ist. Limette halbieren und auspressen. Mayonnaise mit Limettensaft abschmecken.

### Für das Dressing:

Limette waschen, halbieren, auspressen und Schale abreiben. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und fein reiben.

Chili waschen und in Scheiben schneiden. Limettensaft, Knoblauch, Ingwer und Chili in einen Topf geben, aufkochen lassen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Dressing durch ein Sieb passieren und mit Olivenöl, Ahornsirup, Sesamöl, Sojasauce und Reisessig verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Limettenabrieb abschmecken.

### Für die Garnelen:

Garnelen aus der Schale brechen, entdarmen, abwaschen und trockentupfen. Garnelen von beiden Seiten salzen und mit Olivenöl marinieren. Knoblauch abziehen und anknacken. Thymian abbrausen und trockenwedeln.

Garnelen in einer Pfanne von beiden Seiten braten. Thymianzweige und Knoblauchzehe hinzugeben. Mit Salt Flakes und Piment despelette würzen.

### Für die Garnitur:

Salat waschen und trockenschleudern. Avocado halbieren, entkernen, Fruchtfleisch herauslösen und in Spalten schneiden. Mango schälen, entkernen und fein würfeln. Mango und Blattsalat vermengen und mit Dressing marinieren.

Die Mayonnaise auf einen Teller streichen. Avocadospalten darauf geben und Garnelen darauf drapieren. Salat hinzugeben und Gericht mit Bonitoflakes fertig stellen.

Cornelia Poletto am 30. Juni 2022

# Fächer-Steak, Pfeffer-Soße, Babyspinat, Smashed Potatoes

## Für zwei Personen

### Für die Sauce:

2 Schalotten	100 ml Sahne	100 ml dunkler Kalbsfond
1 EL Rinderfett	1 EL Tomatenmark	100 ml Madeira
2 cl Whiskey	1 EL grüne Pfefferkörner	Salz

### Für die Kartoffeln:

6 kl. festk. Kartoffeln	1 Zweig Rosmarin	2 EL Olivenöl
Salt Flakes	Salz	

### Für den Babyspinat:

200 g Babyspinat	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 TL Butter	Muskatnuss	Salz, Pfeffer

### Für das Steak:

200 g Terres Major, Metzgerstück	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
1 EL Rinderfett	4 Zweige Thymian	Salt Flakes

### Für die Sauce:

Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Fett in einen Topf geben und Schalotten darin glasig anschwitzen. Tomatenmark und Pfefferkörner hinzugeben. Mit Madeira und Whiskey ablöschen. Das Ganze einkochen lassen, dann Kalbsfond und Sahne hinzugeben. Bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für die Kartoffeln:

Kartoffeln gründlich waschen und mit Schale in kräftig gesalzenem Wasser garkochen. Kartoffeln abgießen und einzeln zwischen Backpapier mit einem Kartoffelstampfer leicht plattdrücken. Eine Pfanne erhitzen, Olivenöl und Rosmarin zugeben. Die plattierten Kartoffeln darin von beiden Seiten knusprig anbraten. Mit Salt Flakes würzen.

### Für den Babyspinat:

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Spinat waschen und trockenschleudern. Eine Pfanne erhitzen. Butter zugeben und die Schalotten- und Knoblauchwürfel darin anschwitzen.

Spinat zugeben, zusammenfallen lassen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

### Für das Steak:

Fleisch abbrausen und mit Küchenkrepp trockentupfen. In dünne Scheiben schneiden und fächerförmig auf die Holzspieße stecken. Mit Salt Flakes würzen. Das Rinderfett erhitzen und die Spieße von beiden Seiten scharf anbraten. Knoblauch andrücken und mit Butter und Thymian in die Pfanne geben. Die Fleischspieße arrosieren und direkt in die Pfeffersauce geben.

Cornelia Poletto am 28. Juni 2024

## Tagliata vom Rind auf Rucola

### Für 4 Portionen:

4 Rumpsteaks (2 cm dick) 150 g Rucola

### Für die Vinaigrette:

1 EL Zitronensaft 1 TL Aceto Balsamico Salz  
Pfeffer 3 EL Olivenöl

### Außerdem:

6 EL Olivenöl 4 Knoblauchzehen 4 Zweige Rosmarin  
Meersalz Pfeffer 4 EL Aceto Balsamico  
1 Zitrone 50 g Parmesan

Die Rumpsteaks 1 Stunde vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen, damit sie Zimmertemperatur annehmen können.

Rucola verlesen, waschen und trocken schütteln oder in einer Salatschleuder trocken schleudern. Blättchen je nach Größe etwas zerpflücken, dabei grobe Stiele entfernen. Zutaten für die Vinaigrette verschlagen. Beides beiseitestellen.

Die Rumpsteaks mit Küchenpapier trocken tupfen. Diese mit einem großen scharfen Messer von einer Längsseite aus so einschneiden, dass man sie auseinanderklappen kann. Steaks nacheinander zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie oder zwei großen aufgeschnittenen Gefrierbeuteln mit einem Plattiereisen oder mit dem Boden einer Stielkasserolle flach klopfen.

Pro Steak 1 EL Olivenöl in einer schweren gusseisernen Grillpfanne stark erhitzen. Knoblauchzehen abziehen. Jeweils 1 Knoblauchzehe und 1 Zweiglein Rosmarin zugeben und kurz mitbraten. Vorbereitetes Steak darin von jeder Seite ca. 1 Minute kräftig heiß braten: Es muss innen noch einen leicht blutigen Kern haben, das Fleisch lässt sich leicht eindrücken. Nach dem Grillen mit Meersalz bestreuen und den schwarzen Pfeffer frisch darübermahlen. Restliche Steaks auf die gleiche Weise braten.

Rucola in eine Schüssel geben und mit der Vinaigrette mischen. Den Salat portionsweise auf vier warmen Tellern oder ovalen Servierplatten verteilen. Fleischscheiben daraufgeben, Balsamessig und etwas Olivenöl darüberträufeln. Nach Wunsch noch etwas Meersalz darüberstreuen. Sofort mit Zitronenvierteln servieren, nach Geschmack Parmesan darüberhobeln.

Cornelia Poletto am 15. April 2024

# Saltimbocca mit Salsa verde, Kartoffel-Bohnen-Gemüse

## Für zwei Personen

### Für die Saltimbocca:

4 Medaillons vom Rinderfilet	4 Scheiben Parmaschinken	4 Salbeiblätter
Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Salsa verde:

$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1-2 Zweige Bohnenkraut
1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, davon Abrieb	1-2 TL Kapern
1 Anchovisfilet, in Olivenöl	weißer Balsamicoessig	100-200 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für das Kartoffel-Bohnen-Gemüse:

5-6 Kartoffeln	100 g grüne Bohnen	6-8 Kirschtomaten
1 Zitrone, davon Saft	Olivenöl	Salz
Pfeffer	Eiswasser	
<b>Für die Garnitur:</b>	5 g Parmesan	

**Für die Saltimbocca:** Das Fleisch zwischen Backpapier oder Folie legen und plattklopfen.

Leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Schinken auf die Größe der Medaillons zuschneiden und auf das Fleisch legen. Auf jedes Medaillon ein Blatt Salbei legen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Saltimbocca auf der Schinkenseite bei mittlerer Temperatur goldbraun braten. Medaillons umdrehen, Pfanne vom Herd nehmen und das Fleisch nur noch kurz ziehen lassen.

Wer keinen Fleischplattierer besitzt, kann das Fleisch auch mit einer Stielkasserolle bzw. einem Stieltopf klopfen.

**Für die Salsa verde:** Petersilienblätter abzupfen. Petersilie und Schnittlauch klein schneiden und zusammen in eine Schüssel geben. Mit Olivenöl auffüllen, sodass die Kräuter bedeckt sind. Knoblauch halbieren, hinzugeben und ziehen lassen. Bohnenkrautblätter abzupfen und fein schneiden. Zur Petersilien-Schnittlauch-Mischung geben.

Kapern und Anchovisfilet fein hacken. Zu den Kräutern geben. Mit Zitronenabrieb, Weißweinessig, Salz und Pfeffer würzen. Knoblauchzehe vor dem Servieren entfernen.

Die Salsa verde können Sie in größerer Menge vorbereiten und im Kühlschrank aufbewahren. Wichtig ist, dass die Salsa verde immer wieder mit Olivenöl aufgefüllt wird, wenn man etwas von der Sauce abnimmt.

Mit Säure, zum Beispiel Zitronensaft, erst zum Schluss abschmecken, denn sonst wird die Salsa verde schnell grau.

**Für das Kartoffel-Bohnen-Gemüse:** Kartoffeln mit Schale in Salzwasser kochen, dann abgießen, pellen und vierteln. Bohnen putzen, in Salzwasser blanchieren, dann in gesalzenem Eiswasser abschrecken. Wasser abgießen und Bohnen halbieren.

Kirschtomaten halbieren oder vierteln.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin anbraten. Tomaten und Bohnen hinzugeben und schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Etwas Salsa verde dazugeben und erneut durchschwenken. Mit Zitronensaft abschmecken.

Salzen Sie das Eiswasser, bevor Sie die Bohnen darin abschrecken. So behalten sie ihren Geschmack und laugen weniger schnell aus.

**Für die Garnitur:** Parmesan über das Gericht streuen und servieren.

Cornelia Poletto am 02. August 2023

# Entrecôte, Café-de-Paris-Butter-Soße, Spargel, Pommes

## Für zwei Personen

### Für das Entrecôte:

2 Entrecôtes, à 250 g	1 Knoblauchzehe	1 EL Butterschmalz
1 TL Butter	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
Salt Flakes	Pfeffer	

### Für die Sauce:

1 Strauchtomate	100 g weiche Butter	10 ml Worcestershiresauce
1 TL Senf	2 Zweige Estragon	2 Zweige Thymian
2 Zweige Kerbel	10 g Café de Paris Gewürz	Salz, Pfeffer

### Für die Spargel:

6 weiße Spargelstangen	6 grüne Spargelstangen	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	Eiswasser

### Für die Pommes allumettes:

2 große, mehligk. Kartoffeln	2 L Erdnussöl	2 EL Weißweinessig
Meersalz-Flocken		

## Für das Entrecôte:

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Eine gusseiserne Pfanne kräftig erhitzen. Die Steaks leicht salzen.

Butterschmalz in die Pfanne geben und die Steaks darin von beiden Seiten jeweils gute 2 Minuten anbraten. Rosmarin, Thymian und die angedrückte Knoblauchzehe dazulegen. Dann die Steaks mit Rosmarin und Knoblauch aus der Pfanne nehmen, auf ein Gitter geben und im vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten medium (Kerntemperatur 55-56°C) garen.

Entrecôte aus dem Ofen nehmen und in der heißen gusseisernen Pfanne mit dem Rosmarin und Knoblauch von jeder Seite kurz nachbraten. Butter hinzugeben und das Fleisch mit der aromatisierten Butter begießen.

Steaks mit Salt Flakes und Pfeffer würzen und in Tranchen aufschneiden.

## Für die Sauce:

Strauchtomate vierteln, entkernen und klein würfeln.

Café de Paris Gewürz mit Worcestershiresauce und Senf vermischen.

Anschließend leicht erhitzen und nach und nach die weiche Butter bis zur gewünschten Konsistenz einrühren. Mit Salz, Pfeffer und gehackten Kräutern abschmecken. Tomatenwürfel unterheben.

## Für die Spargel:

Butter in einen Topf geben und eine Nussbutter herstellen. Den weißen Spargel schälen, beim grünen Spargel nur die Enden schälen.

Spargelschalen in einen Topf mit Wasser geben, leicht salzen und einmal aufkochen lassen. Danach die Schalen abseihen, das Spargelwasser nochmals aufkochen lassen, abschmecken und die Spargel nacheinander al dente kochen. Den grünen Spargel in Eiswasser abschrecken, den weißen nur auskühlen lassen. Kurz vor dem Anrichten grünen und weißen Spargel in der Nussbutter schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen.

## Für die Pommes allumettes:

Kartoffeln schälen, in 0,5 cm dicke Scheiben hobeln, dann in dünne Streifen schneiden. Wasser mit Essig in einen großen Topf geben und aufkochen. Kartoffelstreifen hineingeben und darin ca. 2-3 Minuten blanchieren. Kartoffelstreifen abgießen, auf einem Küchentuch auslegen und trocknen lassen.

Erdnussöl in einem großen Topf oder in der Fritteuse auf 160 Grad erhitzen. Kartoffelstreifen

darin etwa 3 Minuten anfrittieren.

Herausnehmen, abtropfen lassen und auf Küchenkrepp legen.

Vor kurz dem Servieren das Erdnussöl auf 180 Grad erhitzen.

Kartoffelstreifen nun portionsweise in etwa 3 Minuten goldbraun und knusprig frittieren. Herausnehmen, gut abtropfen lassen und salzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 09. Juni 2023

# Steak Wellington, Trüffel-Rahm-Soße, sautierter Spinat

## Für zwei Personen

<b>Für die Duxelles:</b>	10 braune Champignons	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	Parmesan	1 TL Butter
2 Zweige Thymian	2 Zweige glatte Petersilie	Salz, Pfeffer
<b>Für das Steak Wellington:</b>	2 Rinderfiletsteaks, à 200 g	4 Sch. Parmaschinken
2 Stücke Blätterteig, 14x14 cm	2 Eigelb, Kl. M	2 EL Butterschmalz
2 EL Dijon-Senf	Mehl, Salz, Pfeffer	
<b>Für die Sauce:</b>	40 g schwarzer Trüffel	1 Schalotte
1 EL Butter	50 ml Sahne	100 ml Kalbsjus
2 cl franz. Wermut	2 cl Madeira	2 cl trockener Weißwein

**Für die Duxelles:** Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Champignons mit einer Pilzbürste putzen und den Stiel entfernen. Fein hacken. Schalotte und Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden.

Thymian zupfen und fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen, fein schneiden.

Eine große beschichtete Pfanne erhitzen, die Butter aufschäumen und die Schalotten- und Knoblauchwürfel bei mittlerer Hitze glasig dünsten.

Champignons und Thymian zugeben und unter Rühren ca. 5 Minuten dünsten, bis die Flüssigkeit der Pilze komplett verdampft ist. Parmesan reiben. Pilze mit Salz, Pfeffer, Parmesan und Petersilie würzen und abkühlen lassen.

**Für das Steak Wellington:** Rinderfiletsteaks trocken tupfen und salzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Rinderfilets bei starker Hitze von jeder Seite ca. 1 Minute anbraten und aus der Pfanne nehmen. Steaks mit je 1 EL Dijon-Senf rundherum bestreichen und pfeffern.

1 Stück Backpapier auf die Arbeitsplatte legen und jeweils 2 Scheiben Parmaschinken mittig auf das Papier geben. Hälfte der Duxelles-Masse auf dem Schinken verstreichen.

1 Filetsteak mittig draufgeben, übrige Duxelles auf den Steaks verteilen und fest einrollen. Mit dem übrigen Steak wiederholen.

Etwas Mehl auf die Arbeitsfläche geben und Blätterteig auslegen. Eigelb mit etwas Wasser verrühren. Filetsteaks mittig auf den Blätterteig legen.

Die Blätterteigseiten einklappen und die Steaks mit der Schnittkante nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. Mit dem Eigelb bepinseln und ggf. mit den Blätterteigresten ausdekorieren.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten backen. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 55 Grad haben. Dann aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Steak Wellington vor dem Servieren halbieren.

**Für die Sauce:** Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Trüffel fein würfeln.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Butter in einem Topf erhitzen, Schalottenwürfel farblos dünsten. Trüffel und Thymian zugeben, mit Wermut, Madeira und Weißwein ablöschen. Alles einkochen lassen. Sahne zugeben und um die Hälfte einkochen lassen. Mit Kalbsjus und Trüffeljus auffüllen und aufkochen. Mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.

Thymian aus der Sauce nehmen und warmhalten.

Spinat waschen und trocknen. Schalotte und Knoblauch abziehen, fein würfeln und im Olivenöl glasig anschwitzen. Spinat dazugeben, zusammenfallen lassen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Cornelia Poletto am 29. April 2022

# Salade niçoise

## Für zwei Personen

### Für die Vinaigrette:

2-3 EL milder Rotweinessig	1 TL Senf	1 TL Ahornsirup
4 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für Wachteleier, Zwiebeln:

6 Wachteleier	1 rote Zwiebel	2-3 EL milder Rotweinessig
---------------	----------------	----------------------------

### Für den Salat:

3 kl. festk., vorge. Kartoffeln	200 g Keniabohnen	100 g Kirschtomaten
1-2 frische Artischocken	150 g Bonito Thunfisch	50 g Kalamata-Oliven
50 g Wildkräutersalat		

### Für das Baguette mit Anchovis:

2 Scheiben Baguette	1 Knoblauch-Knolle	4 Anchovis
Olivenöl		

### Für die Vinaigrette:

Den Senf, Rotweinessig, Salz, Pfeffer und Ahornsirup in einer Schüssel mit dem Schneebesen verrühren. Olivenöl dazugeben und weiter verrühren.

### Für Wachteleier, Zwiebeln:

Wachteleier 3 Minuten wachweich kochen, kalt abschrecken und pellen.

Zum Schluss halbieren.

Rotweinessig aufkochen. Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. In Essig geben und den zwiebeligen Geruch leicht rauskochen.

### Für den Salat:

Vorgekochte Kartoffeln mit Schale vierteln und in der hergestellten Vinaigrette in der Schüssel ziehen lassen. Kirschtomaten halbieren und dazugeben. Bohnen blanchieren, die Enden abschneiden und mit den Händen halbieren. Ebefalls in die Vinaigrette geben.

FrISCHE Artischocke putzen. Dafür äußere faserige Blätter abzupfen. Mit einem kleinen Messer am Stiel entlang schneiden, sodass keine dunkelgrünen Stellen mehr zu sehen sind. Danach die Spitze mit den faserigen Blättern abschneiden. Die nun fertig geputzte Artischocke vierteln und das Heu rauschneiden. In die Schüssel zum Salat mit der Vinaigrette geben und alles verrühren. Salat auf Tellern anrichten und den Thunfisch und die Oliven dazwischen verteilen. Die restliche Vinaigrette darüber geben.

Wachteleier mit den Zwiebeln über den Salat geben. Mit Wildkräutern garnieren.

### Für das Baguette mit Anchovis:

Baguette in Scheiben schneiden und in Olivenöl in der heißen Pfanne anbraten. Danach auf Küchentrepp abtropfen lassen. Frischen Knoblauch anschneiden und das Baguette damit einreiben. Anchovis halbieren und auf das Knoblauch-Baguette verteilen.

Cornelia Poletto am 05. Mai 2023



# Minestrone alla Poletto mit Scarmorza

## Für zwei Personen

### Für die Minestrone:

6 Stangen weißen Spargel	6 Stangen grünen Spargel	1 Zucchini
3 Stangen Staudensellerie	4 junge Bundmöhren	400 g Erbsen
4 EL Saubohnenkerne	200 g Zuckerschoten	4 kl. festk. Kartoffeln
600 ml Gemüsefond	2 Zweige Oregano	2 EL Olivenöl
feines Meersalz	Pfeffer	

### Für die Fertigstellung:

100 g geräuch. Scamorza	50 g Parmesan
-------------------------	---------------

### Für die Minestrone:

Alle Gemüse waschen und trockentupfen. Oregano abbrausen und trockenwedeln. Den weißen Spargel sowie das untere Drittel des grünen Spargels schälen und jeweils die holzigen Enden entfernen.

Spargelstangen in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Zucchini je nach Größe halbieren oder vierteln und in 1 cm dickere Scheiben schneiden.

Staudensellerie schälen und die Fäden ziehen. In etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Möhren schälen und in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Erbsen aus der Hülle, die Saubohnenkerne aus den Häutchen palen. Enden der Zuckerschoten abknipsen. Kartoffeln schälen, waschen und vierteln.

Einen Topf erhitzen, das Olivenöl zugeben und zunächst die Kartoffeln mit den Oreganozweigen darin andünsten. Kartoffeln salzen. Möhren, weißen und grünen Spargel hinzugeben und kurz mitdünsten. Dann mit Gemüsefond ablöschen. Nach und nach, je nach Garzeit, Zucchini, Sellerie, Erbsen, Saubohnenkerne und Zuckerschoten hinzugeben.

Alles bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen. Die Minestrone mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Oreganozweige entfernen.

### Für die Fertigstellung:

Scamorza in Würfel schneiden. Parmesan hobeln. Minestrone auf 2 vorgewärmten tiefen Tellern anrichten und mit Scamorza und Parmesan servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 11. März 2022

# Maroni-Grog mit Schuss

## **Für zwei Personen**

### **Für die Maronensuppe (Grog):**

80 g vorgek. Maronen	1 kleine Karotte	1 Stange Staudensellerie
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
100 ml Sahne	50 ml Weißwein	2 cl weißer Portwein
300 ml Gemüfefond	4 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian
3 Zweige Salbei	Salz	Pfeffer

### **Für die Fertigstellung:**

100 ml Sahne	4 cl Rum
--------------	----------

### **Für die Maronensuppe (Grog):**

Die Maronensuppe grob hacken. Karotten schälen und fein hacken.

Sellerie putzen, Fäden ziehen und fein würfeln. Knoblauch und Schalotte abziehen und würfeln. Alles in einem Topf mit schäumender Butter anschwitzen. Kräuter in kleine Bündel zusammenbinden und mit anschwitzen. Maroni dazugeben. Leicht salzen. Mit Weiß- und Portwein ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Gemüfefond und Sahne angießen, nochmals um 1/3 einkochen lassen. Rosmarin, Thymian und Salbei herausnehmen und alles im Mixer fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sollte die Suppe zu dick geraten sein, mit Gemüfefond verdünnen und warmhalten.

### **Für die Fertigstellung:**

Sahne, wenn gewünscht, mit etwas Rum steif schlagen.

Die Suppe in Gläser füllen und mit Sahne garnieren.

Cornelia Poletto am 21. Dezember 2023

## Pasta-Variationen

### Für zwei Personen

#### Für den Sugo:

800 g aromatische Strauchtomaten	800 g geschälte Dosentomaten	1 große Gemüsezwiebel
2 Knoblauchzehen	Peperoncini	3 Zweige Basilikum
2 EL Olivenöl	1 Prise Zucker	Meersalz

#### Spaghetti alla puttanesca:

200 g Spaghetti	2 Sardellenfilets, in Öl	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	50 g schwarze Oliven	2 EL Kapern
150 ml Tomatensugo (s.o.)	50 g Parmesan	4 Zweige Petersilie
$\frac{1}{2}$ TL getrock. Oregano	2 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

#### Rigatoni alla matriciana:

200 g Rigatoni	60 g luftgetrock. Speck	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 getrock. rote Chilischoten	60 g Pecorino
150 ml Tomatensugo (s.o.)	1 EL Olivenöl	Meersalz

#### Penne all arrabbiata:

200 g Penne	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 getrock. Chilischote	150 ml Tomatensugo (s.o.)	50 g Pecorino
4 EL Olivenöl	Meersalz, zu Würzen	

### Für den Sugo:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden.

Einen großen Topf erhitzen. Olivenöl zugeben und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin glasig anschwitzen. Zucker zufügen und leicht karamellisieren lassen.

Strauchtomaten waschen, den Blütenansatz entfernen und in grobe Stücke schneiden. Mit den Pelati Tomaten zu den Zwiebeln geben.

Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Peperoncini klein schneiden und mit den Basilikumzweigen zu den Tomaten geben.

Alles aufkochen, danach die Hitze reduzieren und die Sauce 20 Minuten köcheln lassen.

Basilikumzweige entfernen. Sugo mit Salz abschmecken, dann durch ein Passiersieb oder eine flotte Lotte passieren.

Bei Bedarf in sterile Einmachgläser füllen, verschließen und nach Wunsch einwecken.

#### Spaghetti alla puttanesca:

Pasta in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Sardellenfilets abtropfen lassen und fein hacken.

Eine Pfanne erhitzen und Olivenöl hineingeben. Schalotten, Knoblauch, Sardellen und Oregano darin 2-3 Minuten andünsten. Tomatensugo zufügen und aufkochen lassen. Oliven hacken und mit Kapern untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen von den Stielen befreien und fein schneiden.

Spaghetti mit einer Pastakralle direkt aus dem Topf in die Pfanne geben und mit der Sauce vermischen. Petersilie unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit frisch geriebenem Parmesan oder Pecorino bestreuen.

#### Rigatoni alla matriciana:

Rigatoni in reichlich mit Meersalz gewürztem Wasser bissfest garen.

Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischoten zerbröseln. Speck in Würfel schneiden und im heißen Olivenöl einige Minuten unter gelegentlichem Rühren anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Chili zufügen und kurz mit andünsten. Tomatensugo dazu gießen und

einige Minuten einkochen lassen.

Rigatoni mit einer Pastakralle direkt aus dem Topf zur Sauce geben, die Hälfte des Pecorinos unterheben und vermischen.

Mit Salz und Olivenöl abschmecken und in einer vorgewärmten Schüssel mit dem restlichen Pecorino sofort servieren.

**Penne all arrabiata:**

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischote fein hacken. Eine Pfanne erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Chilischote mit Öl andünsten. Tomatensugo zufügen und aufkochen.

Penne in reichlich mit Meersalz gewürztem Wasser bissfest garen. Penne mit einer Pastakralle direkt aus dem Topf zur Arrabiata-Sauce geben und schnell vermischen. Mit Salz und 2 EL Olivenöl abschmecken und in einer vorgewärmten Schüssel mit dem Pecorino sofort servieren.

Cornelia Poletto am 09. Juni 2023

## Bloody Mary mit Parmesan

**Für zwei Personen**

160 ml Tomatensaft	2 cl Limettensaft	6 cl Gin
2 cl alter Aceto Balsamico	20 g Parmesan	1 Zweig Basilikum
Tabasco, nach Belieben	Eiswürfel	Salz, Pfeffer

Gin, Limettensaft, Tomatensaft, Aceto Balsamico, Tabasco, Salz und Pfeffer in einen Cocktail-Shaker mit etwas Eis geben und schütteln.

Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Eiswürfel in Gläser geben und Drink durch ein Bar-Sieb in Gläser füllen. Parmesan fein hobeln.

Bloody Mary mit Parmesan ausgarnieren, Basilikumzweige hineinstecken und servieren.

Cornelia Poletto am 15. Juli 2022

# Krabben-Cocktail mit Orangen-Fenchel-Salat

## Für zwei Personen

### Für die Mayonnaise:

1 Limette, Saft	2 Eier	1 TL Currypulver
1 TL Ahornsirup	400 ml neutrales Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

### Für den Cocktail:

100 g Nordseekrabben	1 Fenchelknolle	2 Frühlingszwiebeln
$\frac{1}{2}$ Baby Römersalat	$\frac{1}{4}$ Kopf Radicchio di Castelfranco	2 cm Ingwer
1 Orange, Abrieb, Frucht	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$  Baby Romanasalat

### Für die Mayonnaise:

Den Saft der Limette, beide Eier, Currypulver, etwas Salz und Pfeffer und Ahornsirup in ein schmales, hohes Gefäß geben. Mit einem Pürierstab kurz aufmixen und während des Mixens weiter Pflanzenöl einfließen lassen, bis die Mayonnaise emulgiert.

### Für den Cocktail:

Orange heiß abwaschen und etwas Schale abreiben. Dann schälen, über einer Schüssel filetieren und den Saft auffangen. Fenchel putzen. Grün abschneiden und zur Dekoration zur Seite legen. Fenchel halbieren, Strunk herausschneiden und in feine Streifen schneiden. Mit in die Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Salate waschen und trockenschleudern. Beides in feine Streifen schneiden und dazugeben.

Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Zusammen mit der Mayonnaise in die Schüssel geben und alles miteinander vermengen.

Ingwer schälen und fein reiben. Cocktail damit abschmecken. Bis zum Servieren ziehen lassen.

### Für die Garnitur:

Salat waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen.

Strunk herausscheiden.

Ein Martini Glas mit einigen Salatblättern auslegen und Cocktail darauf portionieren. Mit Fenchelgrün garnieren.

Cornelia Poletto am 22. Dezember 2023

# Cordon bleu vom Hirschrücken mit Waldpilzen, Feldsalat

## Für zwei Personen

### Für das Cordon bleu:

2 Sch. Hirschrücken, à 120 g	2 Sch. Tiroler Schinkenspeck	40 g Trappe Échourgnac
1 Ei	1 EL geschlagene Sahne	Butterschmalz
2 EL gemahlene Walnüsse	100 g Mehl	100 g Semmelbrösel
Salz	Pfeffer	

### Für die Pilze:

150 g gemischte Waldpilze	50 g braune Champignons	1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian	1 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

### Für den Salat:

150 g Feldsalat	1 Radicchio trevisano	50 g Walnusskerne
1 EL Preiselbeermarmelade	4 EL Himbeeressig	2 EL Walnussöl
2 EL Olivenöl	Meersalz	Pfeffer

### Für das Cordon bleu:

Das Mehl auf einen tiefen Teller geben. In einem weiteren tiefen Teller ein Ei mit geschlagener Sahne verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. In den nächsten tiefen Teller Semmelbrösel und gemahlene Walnüsse geben und vermengen.

Fleisch der Länge nach aufschneiden, jedoch nicht ganz durchtrennen (Schmetterlingsschnitt). Die Schnitzel zwischen Backpapier legen und leicht plattieren. Den Käse in zwei längliche Stücke schneiden, in je eine Scheibe Schinkenspeck verpacken und in das Schnitzel geben. Schnitzel wieder zuklappen und an den Rändern andrücken oder mit einem Zahnstocher verschließen. Von beiden Seiten leicht salzen und pfeffern.

Schnitzel zuerst in Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und anschließend in der Semmelbrösel-Nuss-Mischung panieren.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin von jeder Seite etwa 3 Minuten braten, bis sie goldbraun sind.

### Für die Pilze:

Pilze putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Knoblauch abziehen und andrücken. Eine Pfanne erhitzen, Olivenöl, angedrückte Knoblauchzehe und Thymian zugeben und die Pilze darin braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

### Für den Salat:

Walnüsse grob hacken und in einer kleinen Pfanne ohne Fett anrösten.

Radicchio und Feldsalat waschen und trockenschleudern. Radiccio in Streifen schneiden.

Himbeeressig mit den Ölen vermischen und mit Salz, Pfeffer und Preiselbeermarmelade abschmecken. Salat mit dem Dressing in einer Salatschüssel marinieren. Mit Walnüssen garnieren.

Cornelia Poletto am 22. November 2024

# Kaninchen-Tajine, grüne Oliven, Granatapfel-Couscous

## Für zwei Personen

### Für den Granatapfel-Couscous:

100 g Instant-Couscous	1 Zitrone, Schale	2 EL Granatapfelkerne
150 ml Geflügelfond	$\frac{1}{2}$ Stängel Zitronengras	4 Zweige Minze
1 TL Ras el-Hanout	Meersalz	

### Für die Kaninchen-Tajine:

4 Kaninchenfilets	2 Möhren mit Grün	100 g Kicherbsen
2 weiße Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	5 cm Ingwer
10 grüne Oliven	2 eingelegte Salzzitronen	500 ml Geflügelfond
50 ml Kalbsjus	1 Prise Kreuzkümmel	12 Safranfäden
$\frac{1}{2}$ Zimtstange	1 Lorbeerblatt	1 EL Stärke
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für die Garnitur:

2 EL Pinienkerne

### Für den Granatapfel-Couscous:

Den Fond mit abgezogener Zitronenschale und angedrücktem Zitronengras aufkochen und vom Herd nehmen. Schale und Zitronengras entfernen und Fond über Couscous gießen. Zugedeckt etwa 20 Minuten quellen lassen. Minze abbrausen, trockenwedeln und Blättchen fein schneiden. Couscous mit Ras el-Hanout und Salz würzen und mit Granatapfelkernen und fein geschnittener Minze fertigstellen.

### Für die Kaninchen-Tajine:

Fleisch kalt abbrausen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Silberhaut parieren und Fleisch in 2-3 cm große Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und Ingwer schälen. Beides fein würfeln und mit Kreuzkümmel, Safranfäden und Olivenöl vermengen. Kaninchen darin marinieren.

Zwiebeln abziehen und in Streifen schneiden. Möhren schälen und in Segmente schneiden. Grün zur Seite legen. Schmorgefäß (Tajine) bei mittlerer Hitze erwärmen und die Kaninchenstücke darin goldgelb anbraten. Salzen und dann Zwiebeln und Möhren dazugeben.

Salzzitronen achteln und mit Zimtstange und Lorbeerblatt dazugeben. Mit etwas von Fond und Jus ablöschen und alles mit geschlossenem Deckel bei kleiner Hitze etwa 10 Minuten schmoren lassen. Schmortopf immer nach und nach mit Fond und Jus aufgießen. Abgetropfte Kichererbsen und Oliven dazugeben. Weitere 10 Minuten garen. Bei Bedarf Sauce mit Stärke abbinden. Karottengrün fein schneiden. Kaninchen-Tajine mit Salz, Pfeffer und Karottengrün abschmecken.

### Für die Garnitur:

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten.

Die Kaninchen-Tajine auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit den Pinienkernen und dem Couscous servieren.

Cornelia Poletto am 08. August 2024

## Pasta mit frischem Wildschwein-Ragout

### Für 6 Portionen:

8 Wacholderbeeren	8 Pimentkörner	2 Gewürznelken
2 Lorbeerblätter	300 ml trockener Rotwein	300 ml roter Portwein
1 kg Wildschweinkeule	2 Zwiebeln	2 Möhren
2 Stangen Staudensellerie	3 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	1 EL Tomatenmark	1 EL Mehl
200 ml Wildfond		

### Für die Pappardelle:

100 g Mehl	190 g Nudelgrieß	3 Eier (M)
1 große Prise Salz		

### Außerdem:

300 g Pfifferlinge	1 Zweig Rosmarin	2 EL Olivenöl
20 g Butter	60 g gehobelter Parmesankäse	

Gewürze in ein Mullsäckchen (oder eine Teefiltertüte) geben, zubinden.

Gewürzsäckchen, Lorbeerblätter, Rot- und Portwein mit dem Fleisch in eine Schüssel geben. 1-2 Tage im Kühlschrank marinieren.

Zutaten für die Pappardelle zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. In Folie wickeln, mindestens 1 Stunde kalt stellen.

Zwiebeln abziehen. Möhren und Sellerie putzen. Alles fein würfeln.

Fleisch auf ein Sieb geben, abtropfen lassen (Marinade auffangen).

Gewürzsäckchen und Lorbeer herausnehmen, beiseitelegen.

Fleischwürfel trocken tupfen und portionsweise im heißen Öl kräftig anbraten, salzen und pfeffern. Gewürfeltes Gemüse zum Fleisch geben, kurz mit anbraten. Würzen. Tomatenmark unterrühren, mit Mehl bestäuben. Marinade und Fond angießen. Gewürzsäckchen und Lorbeer wieder zugeben. Alles ca. 2 1/2 Stunden schmoren.

Nudelteig mithilfe einer Nudelmaschine dünn ausrollen, Nudelplatten auf die mit Nudelgrieß bestäubte Arbeitsfläche geben, mit Nudelgrieß bestäuben, lose aufrollen. In ca. 2 cm breite Bandnudeln schneiden.

Pfifferlinge (falls nötig) waschen, mit Küchenpapier gut trocken tupfen und putzen. Pfifferlinge und abgezupfte Rosmarinnadeln im heißen Öl mit Butter ca. 2 Minuten braten, würzen. Lorbeer und Gewürze aus dem Ragout nehmen. Pfifferlinge zugeben. Abschmecken.

Pasta in gesalzenem Wasser 2-3 Minuten bissfest kochen, abtropfen lassen. Pappardelle und Ragout anrichten. Käse dazu reichen.

Cornelia Poletto am 15. März 2024

# Kaninchen-Brotsalat mit Datterini-Tomaten

## Für zwei Personen

### Für den Kaninchenrücken:

2 ausgel. Kaninchenrücken à 125 g	2 Sch. San-Daniele-Schinken	2 Blätter Filoteig
20 g Parmesan	4 Zweige Basilikum	Olivenöl, Salz, Pfeffer

### Für den Salat:

2 Sch. Tramezzini	80 g Rucolasalat	150 g Datterini-Tomaten
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Thymian	½ Bund Basilikum
2 EL weißer Balsamico	5 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für die Garnitur:

125 g Büffel-Mozzarella	50 g gehobelten Parmesan
-------------------------	--------------------------

### Für den Kaninchenrücken:

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Kaninchenrücken kalt abbrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikum waschen, trockenwedeln und die Blättchen abzupfen.

Schinken je zweimal leicht überlappend auslegen und Basilikum, mit der Blattseite nach unten, darauf legen. Fleisch auf den Schinken legen und einrollen. Übrig gebliebene Schinkenabschnitte in einer Pfanne ohne Öl ausbacken und nachher als Crunch über den Salat geben.

Filoteig ausrollen, mit etwas Olivenöl bepinseln und mit geriebenem Parmesan bestreuen. Dann Kaninchen-Schinken-Basilikum-Rolle wie ein Bonbon im Filoteig einwickeln. Die Enden mit etwas Wasser befeuchten und festdrücken.

In der vorgeheizten Fritteuse goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Im Ofen bei 100 Grad etwa 5 Minuten fertig garen lassen.

### Für den Salat:

Tramezzini in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Thymianzweigen und angedrückter Knoblauchzehe in 2 EL Olivenöl knusprig braten.

Tomaten waschen und halbieren. Rucola und Basilikum waschen und trockenschleudern. Balsamicoessig mit restlichem Olivenöl vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tramezziniwürfel, Tomaten, Rucola und Basilikumblätter in eine große Schüssel geben und mit der Vinaigrette marinieren. Ausgebackenen Schinken (s.o.) darüber bröseln.

### Für die Garnitur:

Salat auf Tellern anrichten. Kaninchen-Bonbon schräg darauflegen.

Mozzarella in Würfel schneiden und zwischen dem Salat anrichten. Mit den Parmesanhobeln fertig stellen und servieren.

Cornelia Poletto am 07. März 2024

# Bison-Scheiben mit Vadouvan-Jus, Wok-Gemüse, Mousseline

## Für zwei Personen

<b>Für das Fleisch:</b>	2 Steaks vom Bisonrücken, je 180 g	1 Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	2 EL Olivenöl
Salt Flakes	Pfeffer	
<b>Für die Jus:</b>	1 Apfel	1 Schalotte
1 EL Vadouvan-Gewürzmischung	100 ml Geflügelfond	150 ml Kalbsjus
1 EL hellen Balsamicoessig	1 EL Rapsöl	Salz
<b>Für das Gemüse:</b>	100 g Sojabohnenkerne	½ Bund Frühlingslauch
1 Mini Pak Choi	50 g Zuckerschoten	1 Karotte
10 Stangen Thai-Spargel	10 Enoki-Pilze	1 EL Sesamöl
Sojasauce		
<b>Für die Mousseline:</b>	500 g Süßkartoffeln	1 Peperoncini
250 ml Kokosmilch	Piment d'Espelette	Salz
<b>Für die Fertigstellung:</b>	Salt Flakes	Pfeffer

**Für das Fleisch:** Den Backofen auf 65 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fleisch kalt abbrausen, mit Küchenrolle trocken tupfen und von beiden Seiten dünn mit Olivenöl bestreichen. Eine Grillpfanne stark erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten ca. 2 Minuten mit Knoblauch, Rosmarin und Thymian scharf anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen, abdecken und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Mit Salt Flakes und Pfeffer würzen. Anschließend in Alufolie einschlagen und im Ofen gar ziehen lassen. Fleisch soll eine Kerntemperatur von 56 Grad erreichen.

**Für die Jus:** Schalotte abziehen und in Scheiben schneiden. Den Apfel waschen, trockentupfen und ohne die Kerne in Würfel schneiden.

Rapsöl in einem mittelgroßen Topf erhitzen, die Schalottenscheiben, die Apfelwürfel und das Vadouvan hinzufügen und bei mäßiger Hitze 5 Minuten glasig dünsten. Dann den Fond und die Jus zugeben. Die Hitze reduzieren und etwa 15-20 Minuten sanft köcheln lassen. Durch ein Mulltuch abseihen und die Jus mit dem Essig und evtl. Salz abschmecken.

**Für das Gemüse:** Sojabohnenkerne in Salzwasser blanchieren.

Frühlingslauch und Pak Choi waschen, putzen und in längliche Segmente schneiden. Zuckerschoten waschen, trockentupfen, die Enden entfernen und in Streifen schneiden. Karotten schälen und in feine Streifen schneiden. Spargel waschen, trockentupfen, die Enden entfernen und den Spargel schräg halbieren. Pilze verlesen.

Die Gemüse in einer Wokpfanne mit etwas Sesamöl knackig anschwitzen. Mit Sojasauce abschmecken.

**Für die Mousseline:** Süßkartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden und mit der Kokosmilch, der Peperoncini und etwas Salz bei geschlossenem Deckel weichkochen. Die Kokosmilch abgießen und die Süßkartoffeln im Mixer sehr fein pürieren. Mit Salz und Piment despelette abschmecken.

**Für die Fertigstellung:** Fleisch in der heißen Grillpfanne kurz nachbraten. Evtl. erneut mit Salt Flakes und Pfeffer würzen.

Süßkartoffel-Mousseline und Wok-Gemüse auf zwei vorgewärmte Teller anrichten. Fleisch in Tranchen aufschneiden und zu den Beilagen anrichten. Mit der Jus fertigstellen.

Cornelia Poletto am 03. März 2023



# Wachtel al vino rosso mit Bohnen-Pfifferling-Gemüse

## Für zwei Personen

### Für die Wachtel al vino rosso:

2 ausgelöste Wachteln	2 Karotten	$\frac{1}{4}$ kleine Sellerieknolle
6 Stangen Frühlingszwiebel	4 Schalotten	2 junge Knoblauchzehen
2 EL Butterschmalz	25 g kalte Butterwürfel	200 ml Rotwein
100 ml roten Portwein	200 ml Geflügelfond	1 TL Tomatenmark
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 Prise feines Meersalz
Schwarze Pfeffer		

### Für das Bohnen-Pfifferling-Gemüse:

150 g Brechbohnen	150 g Pfifferlinge	1 Schalotte
2 dicke Sch. Tiroler Speck	4 Zweige Bohnenkraut	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	

### Für das geröstete-Baguette:

4 Scheiben Baguette	1 junge Knoblauchzehe	1 Zweig Thymian
2 Spitzen Bohnenkraut	1 EL Butterschmalz	

**Für die Wachtel al vino rosso:** Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Wachtelbrust und -keulen salzen und in einem Bräter mit 1 EL Butterschmalz rundum anbraten. Wachteln aus dem Bräter nehmen und beiseitestellen. Karotten und Sellerie waschen, schälen und in feine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Schalotten abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Vorbereitetes Gemüse, Schalotten und Knoblauch in dem Bräter mit 1 EL Butterschmalz anrösten. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit Tomatenmark hinzugeben. Mit Pfeffer würzen. Wachteln auf das Gemüse legen, mit Rot- und Portwein ablöschen und einkochen lassen. Wachteln entnehmen und im Ofen warmhalten. Röstgemüse mit Geflügelfond aufgießen und bei mittlerer Temperatur ca. 15-20 Minuten weich garen. Den Fond durch ein Spitzsieb passieren und bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die kalte Butter einrühren.

Wachtelfleisch zurück in die Sauce geben und warmhalten.

**Für das Bohnen-Pfifferling-Gemüse:** Brechbohnen und Pfifferlinge putzen. Brechbohnen in kochendem Salzwasser bissfest blanchieren und in gesalzenem Eiswasser abschrecken. Speck in feine Streifen schneiden, in einer Pfanne knusprig ausbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Schalotte abziehen und fein würfeln. Butter in der gleichen Pfanne aufschäumen lassen und Schalottenwürfel darin anschwitzen. Bohnenkraut abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Pfifferlinge zu den Schalottenwürfeln geben, kurz anbraten. Bohnen zufügen, durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut abschmecken.

**Für das geröstete-Baguette:** Thymian und Bohnenkraut abbrausen und trockenwedeln.

Knoblauchzehe abziehen. Baguettescheiben diagonal halbieren und in einer Pfanne mit Butterschmalz, Thymian und Knoblauchzehe in einer Pfanne von beiden Seiten anbraten.

Das Bohnengemüse auf zwei vorgewärmten Tellern anrichten, die Keulen und Brüste daransetzen und mit Sauce umgießen. Den knusprigen Speck darüber verteilen, mit Bohnenkrautspitzen ausgarnieren und den gerösteten Baguettescheiben servieren.

Cornelia Poletto am 09. September 2022

# Wilder Hotdog mit gemischten Waldpilzen und Rotkraut

**Für zwei Personen**

**Für die Pilze:**

200 g gemischte Waldpilze	1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
40 g Piemonteser Haselnüsse	1 EL Butter	3 EL Aceto Balsamico
1 EL Haselnuss-Öl	1 TL Pommery-Senf	4 Zweige Thymian
1 Prise Quatre Epice	Salz	Pfeffer

**Für das Rotkraut:**

100 g Rotkohl	4 Stiele glatte Petersilie	2 EL Aceto Balsamico
1 Prise Quatre Epice	Zucker	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

**Zur Fertigstellung:**

2 Hotdog-Brötchen	2 Wildwürste	2 EL Preiselbeeren
2 Lorbeerblätter	1/2 TL Pimentkörner	Salz

**Für die Pilze:**

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Pilze putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Thymian abbrausen, Blättchen abzupfen und fein hacken.

Butter in einer Pfanne zerlassen und alles darin bei mittlerer Hitze 45 Minuten dünsten. Haselnüsse in einer Pfanne ohne Öl rösten und hacken. Zu den Pilzen hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Balsamico, Pommery Senf, Haselnussöl und einer Prise Quatre Epice abschmecken. Pilze vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

**Für das Rotkraut:**

Rotkohl putzen, waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden.

Mit Salz und Zucker in einer Schüssel verkneten, dabei Einmalhandschuhe verwenden. 10 Minuten marinieren lassen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Petersilie, Balsamico, Olivenöl und Quatre Epice zum Rotkohl geben und vermischen. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

**Zur Fertigstellung:**

Hotdog-Brötchen auf der mittleren Schiene im Backofen bei ca. 5 Minuten aufbacken.

Wasser für die Würstchen aufsetzen. Lorbeerblätter und Pimentkörner sowie Salz in das Wasser geben. Würstchen in siedendem, nicht kochendem Wasser 56 Minuten ziehen lassen.

Brötchen zur Hälfte einschneiden und mit je 1 EL Preiselbeeren bestreichen. Würstchen hineinlegen, Pilze und Rotkraut darauf verteilen und servieren.

Cornelia Poletto am 08. September 2022

## Pasta mit Salsiccia und weißen Bohnen

### Für 4 Portionen:

1 Dose geschälte Tomaten	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
4 EL Olivenöl	Meersalz	1 Prise Zucker
Pfeffer	1 TL Fenchelsamen	3-4 Zweige Thymian
400 g Salsiccia	1 Zweig Rosmarin	250 g Cannellini-Bohnen
400 g Penne	40 g gerieb. Parmesan	

Tomaten abtropfen lassen (Flüssigkeit auffangen) und grob hacken.

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In 2 EL heißem Öl andünsten. Gehackte Tomaten und Flüssigkeit zugeben. Würzen und ca. 10 Minuten ohne Deckel köcheln lassen.

Fenchelsamen in einem Mörser grob zerstoßen. Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Das Brät der Salsiccia in kleinen Klößchen aus der Pelle drücken.

In einer Pfanne restliche 2 EL Öl erhitzen. Salsiccia-Klößchen im heißen Öl ringsherum kräftig anbraten. Gemörserte Fenchelsamen, Thymianblättchen und Rosmarinzweig zu den Klößchen geben, kurz mitbraten. Tomatensoße angießen, Cannellini-Bohnen zufügen, alles ca. 5 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen. Abschmecken und den Rosmarinzweig entfernen.

Penne nach Packungsanweisung in gesalzenem Wasser bissfest garen, abgießen (etwas Kochwasser auffangen). Mit der Soße mischen, abschmecken (nach Wunsch noch etwas Nudelkochwasser zufügen). Mit dem Parmesankäse anrichten.

Cornelia Poletto am 02. September 2024

# Linguini mit Spargel-Carbonara und Tiroler Speck

## **Für 4 Portionen:**

### **Für die Carbonara:**

400 g grüner Spargel	Meersalz	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	120 g Tiroler Speck	6 Eigelb
Pfeffer	50 g Pecorino	50 g Parmesan
2-3 Stiele glatte Petersilie	20 g Butter	

### **Außerdem:**

400 g Linguine	Meersalz	Petersilienblättchen
----------------	----------	----------------------

Die grünen Spargelstangen waschen, portionsweise auf einem Brett nebeneinanderlegen und die Enden großzügig abschneiden. Anschließend die Stangen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, Spitzen ganz lassen.

In kochendem gesalzenem Wasser ca. 3 Minuten bissfest garen, in eiskaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Die Linguine in einem großen breiten Topf in reichlich gesalzenem Wasser bissfest kochen.

Inzwischen die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Den Tiroler Speck in Streifen schneiden.

Die Eigelbe in einer Schüssel verschlagen. Mit etwas Meersalz und reichlich Pfeffer würzen. Pecorino- und Parmesankäse fein reiben.

Unter die verschlagenen Eigelbe rühren. Die Petersilienblättchen von den Stängeln zupfen, fein schneiden und zugeben.

Tiroler Speckstreifen in heißer Butter in einer großen Pfanne mit hohem Rand kurz anbraten. Die Linguine abgießen, kurz abtropfen lassen, dabei ca. 1/8 l Kochwasser auffangen. Linguine und Spargel zum Speck geben. Zirka 100 ml Kochwasser unter die Eigelb-Käse-Mischung rühren, diese zu den Linguine gießen, dabei alles schnell und gründlich vermischen. Nicht mehr erhitzen. Nach Wunsch noch etwas heißes Kochwasser zufügen.

Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken und auf vier vorgewärmten Tellern verteilen. Mit Petersilienblättchen garnieren und sofort servieren.

Cornelia Poletto am 14. März 2024

# Pinsa tricolore mit Ricotta, grünem Spargel, Prosciutto

## Für vier Personen

### Für den Pinsateig:

400 g Mehl, Type 00	75 g Reismehl	50 g Kichererbsenmehl
1 g frische Hefe	25 g Sauerteig	20 ml Olivenöl
10 g Salz		

### Für den Belag:

600 g grüner Spargel	1 Zitrone	400 g Ricotta
50 g Parmesan	2 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

### Für die Fertigstellung:

12 Sch. Prosciutto di Parma	1-2 Zweige Basilikum	1-2 Zweige Minze
Pfeffer		

### Für den Pinsateig:

Mehl, Reismehl, Kichererbsenmehl und 330 ml Wasser mit den Händen verrühren und ca. 30 Minuten abgedeckt beiseitestellen.

Anschließend mit Hefe, Sauerteig, Olivenöl und Salz in eine Küchenmaschine mit Knethaken geben und bei niedriger Stufe 68 Minuten kneten. Auf mittlerer Stufe erhöhen und weitere 810 Minuten zu einem glatten Teig kneten.

Mit einem feuchten Tuch abdecken und bei Zimmertemperatur ca. 60 Minuten gehen lassen. In eine eingefettete, luftdichte Box geben und im Kühlschrank weitere 36 Stunden, besser 48 Stunden, gehen lassen.

Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in 4 gleiche Stücke teilen. Mit den Händen zu Kugeln formen und abgedeckt weitere 4 Stunden gehen lassen.

Arbeitsplatte mit reichlich Reismehl bestreuen. Teigkugeln mit etwas Olivenöl beträufeln und mit den Händen zu 2530 cm großen Fladen formen.

### Für den Belag:

Spargel putzen, waschen, trockentupfen und längs halbieren. Enden wegschneiden. Zitrone unter heißem Wasser abspülen. Schale fein abreiben, dann die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Spargel in einer Schale mit Olivenöl und Zitronenschale mischen und mit Fleur de Sel sowie Pfeffer würzen.

Parmesan fein reiben. Ricotta, Parmesan und 1 EL Zitronensaft mischen und mit Meersalz sowie Pfeffer kräftig abschmecken.

### Für die Fertigstellung:

Den Backofen mit Pizzastein auf 250 Grad Pizzastufe oder Ober-/ Unterhitze (Umluft nicht empfehlenswert) vorheizen. Pinsa gleichmäßig mit Ricotta bestreichen und grünem Spargel belegen.

Im heißen Backofen auf der mittleren Schiene 10-12 Minuten knusprig backen. Aus dem Ofen nehmen, mit je drei Scheiben Prosciutto di Parma belegen.

Basilikum und Minze abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Pinsa mit Basilikum, Minze und frisch gemahlenem Pfeffer servieren.

Cornelia Poletto am 29. April 2022

# Sauerkraut-Kipferl mit französischer Blutwurst

## Für zwei Personen

150 g Sauerkraut (Dose)	150 g französische Blutwurst	1 Pck. Blätterteig
1 Ei, Größe M	4 Zweige Thymian	4 Zweige Majoran
$\frac{1}{2}$ TL Quatre epices	Mehl	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Majoran und Thymian abrausen, trockenwedeln, abzupfen und hacken.

Blutwurst in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden und zu den Kräutern geben. Sauerkraut gut abspülen und in einer Schüssel mit Salz und Pfeffer abschmecken, anschließend zur Blutwurst geben. Alles miteinander vermengen und mit Quatre epices würzen. Noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Blätterteig aus der Verpackung nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche leicht ausrollen.

Den Teig in 8 gleiche Dreiecke schneiden.

Sauerkraut-Blutwurst-Füllung auf der breiten Seite der Dreiecke verteilen und den Blätterteig von der langen Seite zur Spitze aufrollen. Die Enden zusammendrücken und zur Mitte einbiegen. Das Ei trennen und das Eigelb mit etwas Wasser verrühren. Alle Kipferl auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit Ei bepinseln und im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten goldgelb backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 20. Januar 2022

# Index

- Artischocke, 36, 37, 51  
Aubergine, 39  
Avocado, 41, 44
- Bison, 62  
Blumenkohl, 10, 19  
Blutwurst, 69  
Bohnen, 29, 36, 51, 53, 62, 66  
Bolognese, 33  
Bouillabaisse, 13  
Brathh nchen, 30  
Butter, 54
- Carbonara, 67  
Couscous, 59
- Eier, 51  
Enten-Brust, 29  
Entrecôte, 48  
Erbsen, 3, 53, 59
- Fenchel, 5, 14, 57  
Filet, 36, 47  
Filet-Steak, 50  
Fisch, 6, 18, 51, 55  
Fisch-Frikadelle, 11  
Fleisch, 37
- Garnelen, 41, 44  
Geflügel, 34  
Gorgonzola, 26  
Gurke, 11, 52
- H nchen-Brust, 30–32  
H hner-Brust, 32  
Hackfleisch, 33  
Hirsch-Rücken, 58, 63
- Kürbis, 29  
Käse, 53  
Kabeljau, 19  
Kabeljau-Filet, 10, 12  
Kaninchen-Filet, 59  
Kaninchen-Rücken, 61
- Kartoffeln, 51, 53  
Kaviar, 1, 3, 5, 15  
Knoblauch, 52  
Kräuter, 52  
Krebse, 42
- Linsen, 1
- Möhren, 1, 2, 19, 33, 53, 54, 59, 60, 62, 64  
Maronen, 54  
Medaillon, 47  
Meeresfrüchte, 57  
mit-Alkohol, 54
- Nudeln, 14, 22, 23, 28, 30, 32, 33, 36, 42, 43,  
55, 60, 63, 66, 67
- Obst, 52, 56, 57
- Pak-Choi, 62  
Paprika, 6, 13, 19  
Pfeffer, 52  
Pilze, 20, 21, 23, 30–33, 50, 58, 60, 62–65  
Polenta, 19, 37
- R ben, 21  
Rücken, 39  
Röllchen, 35  
Radicchio, 26, 34, 57, 58  
Ragout, 37  
Reis, 16, 22, 24, 26  
Rettich, 11, 52  
Romanesco, 10, 19  
Rotbarbe, 13  
Rote-Bete, 21, 26  
Rotkraut, 65  
Rucola, 46, 61  
Rumpsteak, 46
- Saibling-Filet, 5, 15  
Salsiccia, 66  
Sardellen, 9  
Sardinien, 14  
Sauerkraut, 69

Schinken, 68  
Scholle, 8  
Schoten, 36, 53, 55, 62  
Schwarzwurzeln, 29  
Seeteufel, 1  
Seezunge, 2  
Sellerie, 1, 33, 64  
Senf, 52  
sonstige, 27  
Spaghetti, 22, 28  
Spargel, 3, 22, 37, 48, 53, 62, 67, 68  
Speck, 67  
Spinat, 7, 25, 30, 32, 45, 50  
Staudensellerie, 2, 15, 19, 23, 53, 54, 60  
Steak, 45

Tafelspitz, 35  
Teig-Taschen, 25  
Tintenfische, 43  
Tomaten, 52  
Topinambur, 19, 21  
Trüffel, 23, 25

Vegan, 21

Wachteln, 64  
Weißkohl, 29  
Wildschwein, 60  
Wirsing, 31  
Wolfsbarsch, 4, 7, 16

Zucchini, 3, 22, 53